روحانی وجسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ماہنامہ عبقری کراچی

اگست 2006 بمطابق رجب 1427 ہجری

اسماء الحسنیٰ

(ناقابلِ بیان مشکلات کا حل) صحابہ کرامؓ، تابعینؒ اور اولیاء کرامؒ کی زندگیوں کے تجربات کا نچوڑ۔

دیدار رسول صلی اللہ علیہ وسلم کیلئے آزمودہ درود و وظائف

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

خواب مستقبل کے انقلابات کی عکاسی کرتے ہیں! پڑھیئے اپنے خواب کی روشن تعبیر

اسمِ اعظم کے متلاشی

جنگلوں، صحراؤں اور پہاڑوں کی غاروں میں چلہ کشی کرنے والے محدثین واولیاء اللہ کے سچے واقعات

جنّات سے سچّی ملاقاتیں

اماوس کی رات کے آسیب کا سربستہ راز

روحانی و جسمانی مشورے

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے خطوط اور تڑپتے سسکتے مریضوں کا مسنون روحانی وطبی شافی علاج

رحمت کے خزانے

منٹوں میں کروڑ پتی بنانے والے اعمال کے لازوال فضائل

خواتین کا چہرہ تین پیچیدہ مسائل اور آسان حل

مستند روحانی نسخے

بسم اللہ الرحمن الرحیم میں بے چین دلوں کا سکون اور مایوس گھروں کے لئے سہارا

ہاضمے کی دوا ایک چینی سائنسدان کا تحفہ

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی صاحب کے قلم سے تحقیقی مضامین

سرخ پھل اور سبزیاں

لال پھل اور سبزیاں بھاری وٹامن اور فولاد رکھتی ہیں۔

مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک مزنگ چونگی جیل روڈ لاہور۔

بیاد: حضرت خواجہ سیّد محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب رحمۃ اللہ علیہ | جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ

زیرسرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ دامت برکاتہم العالیہ | حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (پھلت)

شمارہ نمبر: 02 | جلد نمبر: 01

رجب المرجب ۱۴۲۷ھ بمطابق اگست ۲۰۰۶ء

ماہنامہ عبقری کراچی

اگست 2006ء

روحانی وجسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

قیمت فی شمارہ	15	روپے
اندرون ملک سالانہ (معہ ڈاک خرچ)	120	روپے
بیرون ممالک سالانہ (معہ ڈاک خرچ)	20$	ڈالر

صدقہ جاریہ

یہ رسالہ خالص خدمت خلق اور دکھی انسانیت کے روحانی اور جسمانی مسائل کے حل کے لیے شائع کیا گیا ہے۔ کوشش کی گئی ہے کہ لاگت اور مزدوری پیشِ نظر رکھ کر کم سے کم قیمت میں یہ رسالہ آپ تک پہنچے۔ آپ ''ماہنامہ عبقری'' کم قیمت میں خرید کر اپنے پیاروں کو گفٹ کریں یا اپنے پیاروں کے لیے تقسیم کر کے صدقہ جاریہ کریں۔ نا معلوم آپ کی وجہ سے لوگوں کے کتنے دکھ دور ہوں گے اور آپ اللہ تعالیٰ کے کتنے قریب ہوں گے۔

اپنی مہر / پتہ لکھنا چاہیں تو

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری''، مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، جیل روڈ، لاہور

فون: 042-7552384، موبائل: 0321-4343500

Website: www.ubqari.com E-mail: ubqari@hotmail.com

خالد حسین نے احمد برادرس پرنٹرز ناظم آباد سے چھپوا کر اقراء کمپلکس گلستان جوہر کراچی سے شائع کیا۔

درسِ ہدایت

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

گزشتہ سے پیوستہ:

بیت الخلاء کی تباہ کاریاں

اس عمل کا فائدہ دیکھیں کہ بندہ اللہ کے قریب ہوا تو اللہ کی نظر میں ہوگیا کہ اے اللہ میں اپنے آپ کو سپرد کرتا ہوں اعوذ بک سے مراد پناہ میں آتا ہوں پناہ میں آنے کا مقصد کہ میں اپنے آپ کو سپرد کرتا ہوں۔ اگر کوئی کسی کو کسی بڑے طاقتور کے سپرد کرے تو وہ ذمہ داری لیتا ہے کہ نہیں لیتا۔ کہتا ہے کہ اب تو میری عزت کا معاملہ ہے جب بندہ اپنے آپ کو اللہ جل شانہ کے سپرد کردے تو پھر اللہ جل شانہ سے بڑھ کر کسی کی حفاظت ہو سکتی ہے؟ دیکھیں بندہ اپنے رب سے کہتا ہے کہ اے اللہ اب میں ایسی جگہ جا رہا ہوں جہاں پر مصیبت ہی مصیبت ہے، کونسی مصیبت ہے، سنیں اے اللہ اگر تو چاہے تو میری حاجت کو بند کردے تو کوئی کھول نہیں سکتا اور اے اللہ تو اگر یہیں آنکھوں کو کوئی تکلیف دے دے تکلیف کے حوالے سے عرض کروں کہ وہ معذوری سے لیکر موت بھی ہو سکتی ہے جیسے میں نماز پڑھ کر نکل رہا تھا شور سا ہوا دیکھا کہ بیت الخلاء میں ایک صاحب گئے ہیں اور وہیں مرگئے!!! ان کو باہر نکالا میری آنکھوں کے سامنے۔ اور ایک مرتبہ میں ٹرین میں سفر کر رہا تھا وہ S.T مجھے آکے کہنے لگا کہ آئیں ادھر اور دیکھیں کہ آدمی زندہ بھی ہے یا مرگیا!؟ دیکھا تو کب کا مرگیا ہے اور اب اکڑ چکا ہے، اس کو بیت الخلاء سے نکالا۔ عوام ایکسپریس چلی کراچی سے قریبی سیٹ والے بتاتے ہیں کہ چلنے سے صرف دو گھنٹے بعد یہ بندہ غائب تھا۔ اور اس وقت اس کو چلے ہوئے یعنی صبح چلی تھی اور اب رات کے گیارہ بارہ بج رہے تھے اس کی جیب دیکھی تو عمرہ کر کے آ رہا تھا! پولیس کا ہیڈ کانسٹیبل تھا، کھاریاں کا رہنے والا تھا، اس کے پاس کچھ ریال تھے اور کافی چیزیں اور بھی تھیں۔ اور وہ بیت الخلاء میں گیا اور وہیں فوت ہوگیا۔ تو اے اللہ میں اپنے آپ کو تیری پناہ میں دیتا ہوں کہ میں اب ایسی حالت میں ہوں کہ مجھے بیماریاں بھی لگ سکتی ہیں۔ اور اے اللہ جو نجاستیں جو مصیبتیں میرے ساتھ ہیں اور اے اللہ جن کا نکلنا میری جسمانی راحت کیلئے ضروری ہے اے اللہ اب میں اپنے آپ کو تیری پناہ میں دیتا ہوں تو میری اس میں مدد فرما۔ یہ فلسفہ ہے اس بیت الخلاء میں جانے کا کہ بیت الخلاء میں ہمیں نظر نہیں آتا، بلائیں ہیں اور جو شخص سرورِ کونین ﷺ کی یہ دعا پڑھ لے کہ اللہ جانتا ہے وہ بلاؤں سے محفوظ ہوگیا جس نے اپنے آپ کو اللہ جل شانہ کے سپرد کردیا اور جس نے اپنے آپ کو اللہ جل شانہ کے نام کردیا اس کو کوئی تکلیف نہیں پہنچ سکتی۔ اور سرورِ کونین ﷺ کی مسنون دعا اپنے آپ کو اللہ جل شانہ کے حوالے سپرد کرنے کے مترادف ہے۔ اور 90 فیصد روحانی بیماریاں یہیں سے لگتی ہیں پریشانیاں، دورے پڑتے ہیں پتہ نہیں کیا کیا تکلیفیں سب یہیں سے ہوتی ہیں۔ اور جسمانی بیماریاں جراثیم کا میں نے آپ کو نظام بتایا .... اچھا چلو یہ بتائیں کہ میڈیکل سائنس نہیں کہتی کہ ہر گندی جگہ زیادہ جراثیم ہوتے ہیں اور جنات اور شیاطین وہاں رہتے ہیں جہاں گندگی زیادہ ہو اور گندگی کو نکالنے کیلئے گندی جگہ (بیت الخلاء) جانا ہماری مجبوری ہے چاہے اسے (بیت الخلاء کو) ہم نے اپنے پہلو میں کیوں نہ سجا رکھا ہو چاہے ہم نے اس (بیت الخلاء) کے اندر خوبصورت نظام بنا رکھے ہوں۔ میں کراچی میں تھا D.M.C. ہل پارک کے ساتھ ہے امریکن ٹائیم سوسائٹی ہے ایک صاحب تھے شمسو بھائی گھر میں اِدھر اُدھر ٹہلتے ہوئے کچھ ڈھونڈ رہے تھے میں نے پوچھا کیا ڈھونڈ رہے ہو؟ کہنے لگے میں ذرا ٹوائلٹ جا رہا ہوں اور اخبار ڈھونڈ رہا ہوں اور وہیں جا کر پڑھوں گا! میں حیران کہ جا کہاں رہا ہے! اور اخبار ڈھونڈ رہا ہے چلو یہ بات تو مجھے عجیب لگی لیکن ایک مرتبہ لاہور ڈیفنس میں جانا ہوا تو وہاں گھر میں ہمارے بڑے سے کمرے کے مترادف ان کا بیت الخلاء تھا اس سے عجیب بات یہ تو عام ہے کہ اتنے بڑے بیت الخلاء ہوتے ہیں لیکن وہاں اسٹڈنگ کیبنٹ بھی تھی تو یہ میرے لیئے انوکھی اور عجیب بات تھی بڑے ٹوائلٹ تو ہوتے ہیں کوئی تعجب کی بات نہیں، بیت الخلاء کے اندر بک شلیف لگا ہوا اور اس میں کتابیں سجائی ہوئی ہیں۔ لیکن ایک چیز عرض کرتا ہوں کہ اس میں بھی ایک نقطہ ہے کہ جو اللہ کو وقت نہیں دینگے وہ وقت اللہ تعالیٰ لگوائیں گے پھر ایسی جگہ مال لگوائے گا جہاں دل نہیں چاہے گا ایک صاحب کہنے لگے کہ میں بیت الخلاء میں گیا اور دعا پڑھی اندر سے ایک سایہ نکلا اور میرے دیکھتے ہی دیکھتے نکل کر چلا گیا، ایک شخص نے کہا میں کمرے کے بیت الخلاء کے آگے دری (کارپیٹ) پر سو رہا تھا محسوس ہوا کہ اس بیت الخلاء میں سانپ کا ایک چھوٹا سا بچہ ہے، سر پر تولیہ رکھا ہوا ہے اور میری طرف بڑھ رہا ہے، اس کے آنے کے انداز ایسے تھے کہ یہ نقصان دے گا، اچانک میری زبان پہ "یَا حَافِظُ یَا حَفِیْظُ یَا وَکِیْلُ یَا رَقِیْبُ یَا سَلَامُ" آیا، کہتے ہیں میں نے تین بار پڑھا اور کہتے ہیں کہ وہ مجھ سے دور ہی تھا کہ نکل گیا اور ہمیشہ کیلئے چلا گیا۔ وہ وہاں پر قیام رکھتا تھا کوئی بیت الخلاء پرانا تھا۔ بھئی ہم بیماریوں اور پریشانیوں میں مبتلا ہیں لیکن جہاں سے ہمیں چھوٹ مل رہی ہے اس نظام کو ہم ٹھیک کرتے نہیں ہیں۔

اور اللہ پاک نے کتنا عجیب نظام بنایا ہے کہ اگر ہم ایک بیت الخلاء کے نظام کو ٹھیک کرلیں تو ہم کتنی بڑی بڑی پریشانیوں اور مصیبتوں سے بچ جائیں۔ آپ یقین جانیے ہر وقت روحانی جسمانی مریضوں سے واسطہ پڑتا ہے۔ مریض آتا ہے اور تجربہ دے جاتا ہے۔ حقیقت میں وہ اپنی قلبی کیفیات بتا رہا ہوتا ہے۔ لیکن ہمارے مشاہدے کیلئے بہت نئی چیز بتا رہا ہوتا ہے۔ میں تو بھئی کتابی دنیا کا آدمی ہوں ان چیزوں کو لکھتا رہتا ہوں، آپ یقین جانیے کہ دورے پڑنے والی خواتین کو دورے پڑ جاتے ہیں یا بچوں کو دورے پڑ جاتے ہیں یا ایسی بیماریاں ہیں جن کی سمجھ ہی نہیں آتی، میں نے ان کو کہا کہ آپ ایک تو کثرت سے ذکر کریں اور دوسرا ہر وقت با وضو رہیں۔ وضو مؤمن کا ہتھیار ہے ارے با ہتھیار آدمی سے اِدھر اُدھر کا چور اُچکا ڈرتا ہے لٹیرا ڈرتا ہے اور حدیث کے الفاظ ہیں فرمایا شیطان انسان کا سب سے بڑا لٹیرا ہے۔ یہ مفہوم ہے اور وضو مؤمن کا ہتھیار اور اگر ہم با وضو رہنا چاہیں تو اور نفع کیا ہے؟ ایک صاحب آئے سرورِ کونین ﷺ کی خدمت میں اور کہا یا رسول اللہ ﷺ فقر و فاقہ نے مجھے گھیر لیا ہے۔ تنگدستی نے میری کمر توڑ دی ہے۔ مجھے کوئی عمل بتائیں، غریب ہوگیا ہوں فقیر ہوگیا ہوں گھر کچھ نہیں بچا۔ آقا سرورِ کونین ﷺ نے فرمایا مفہوم ہے کہ ہر وقت با وضو رہا کرو اور اس شخص نے ہر وقت با وضو رہنا شروع کردیا۔ کچھ عرصہ بعد آیا کہا یا رسول اللہ ﷺ اب اللہ جل شانہ نے اتنا دیا ہے اتنا دیا ہے کہ پڑوسیوں کو بھی دیتا ہوں اب اس پر عجیب نقطہ بتاتا ہوں اگر آپ توجہ سے بیٹھے ہیں تو سنیں گے ہوتا یہ تھا کہ رزق اسکو پورا ملتا تھا یعنی رزق اسکو زیادہ ملتا تھا فرمایا کہ جسطرح ہم کھانے سے پہلے "بِسْمِ اللّٰہِ وَعَلٰی بَرَکَۃِ اللّٰہِ" نہ پڑھیں تو شیطان اس میں شامل ہو جاتا ہے۔ اور اس کا رزق کھا جاتا ہے اس وضو نہ کرنے کی وجہ سے جسم ناپاک ہونے کی وجہ سے شیاطین اور بلائیں اس کا رزق چھین کرلے جاتی ہیں اور اب پاک و با وضو رہنے کی برکت سے وہ رزق اسکو ملنا شروع ہوگیا۔ جو اسکا مقرر تھا۔ دیکھئے میرے دوستو فرمایا۔ آدمی کا جو رزق ازل سے لکھا ہے وہ بڑھتا نہیں۔

جو ازل سے لکھا ہے وہی ہوگا لیکن اپنی کوتاہیوں کی وجہ سے اپنا وہ رزق ادھورا کرا لیتے ہیں۔ تو میں آپ کو ایک مشکوٰۃ شریف کی حدیث سناتا ہوں۔ سرورِ کونین ﷺ نے فرمایا۔ یہ مفہوم ہے کہ جو بندہ استغفار کو اپنے اوپر لازم کرلیتا

ہے۔ تو اللہ جل شانہ اس کو ایسی جگہ سے رزق دیتے ہیں جہاں سے اس کو گمان بھی نہ ہوگا۔ ایک اور حدیث کامفہوم ہے فرمایا۔کہ جب آدمی استغفار کرتا ہے تو یہ استغفار اس کے گناہوں کا کفارہ بن جاتا ہے اور اسکو رزق زیادہ ملنا شروع ہوجاتا ہے۔اور جب آدمی استغفار نہیں کرتا اور ہم سے جانتے ہوئے یا نہ جانتے ہوئے عمداً یاخطاً گناہ ہوجاتے ہیں۔ پھر کیا ہوتا ہے کہ آدمی پر گناہ کا صلہ دنیا میں وبال ہے۔ اور آخرت میں عذاب تو، اللہ کریم ہے اور پھر دنیا میں اس کا رزق کم کردیتا ہے اور اس وبال کو روک لیتا ہے ۔اور جب آدمی استغفار کرتا ہے تو اس کا وبال استغفار روک لیتا ہے اور رزق پورا ہوجاتا ہے، ایک مرتبہ، میں نے پہلے بھی عرض کیا اور وہ چیز دوبارہ دہرا رہا ہوں۔

"اَللّٰهُمَّ الغُفِرْلِی لُلمُؤمِنِینَ وَالمُؤمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِینَ وَالْمُسْلِمَاتِ"

حدیث شریف کامفہوم ہے کہ اگر کوئی شخص 25یا27 مرتبہ روزانہ اسکو پڑھ لے تو اسکو دو چیزیں ملیں گی کتنی زبردست چیز ہے اللہ تعالیٰ اسکو مستجاب الدعوات بنادیگا یعنی وہ شخص جو مانگے گا ملے گا مستجاب الدعوات وہ شخص ہوتا ہے کہ اگر وہ سارے عالم کیلئے بھی مانگے تو اللہ جل شانہ اسی وقت عطا فرمادے۔ بھئی! اللہ اس کو کیا بنائے گا؟ مستجاب الدعوات بنائے گا اور آج ہماری دعائیں قبول نہیں ہوتی اور دوسرا فرمایا کہ اللہ پاک اس کی برکت سے مخلوق کو رزق دینگے، تو جس کی وجہ سے مخلوق کو رزق ملے، اس کو خود کتنا ملے گا اس لئے ایک درود پاک ہے لوگوں کو اکثر عرض کیا کرتا ہوں۔اور آج بھی ایک شخص آئے کہنے لگے کہ میں نے سوا لاکھ درود شریف پورا کرلیا ہے:

"اَللّٰهُمَّ صَلِّی عَلٰی مُحَمَّدٍعَبْدِکَ وَرَسُوْلِکَ وَصَلِّ عَلَی الْمُؤمِنِینَ وَالْمُؤمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِینَ وَالْمُسْلِمَاتِ"

ایک خاتون کراچی آئیں۔ میرے پاس کئی واقعے ہیں ایک ہی سنائے دیتا ہوں۔ کہنے لگی وہ فلاں بڑا ہے میں اسکی بیوی ہوں کہنے لگی آپ نے نہیں پہچانا۔ میں نے کہا کہ خواتین کو نہیں پہچانتا، حضرات کو پہچانتا ہوں، کہنے لگی بہت عرصہ پہلے آپ نے مجھے ایک درود پاک دیا تھا، میں نے کہا میں تو بھول گیا ہوں۔ پتا نہیں کتنے لوگ آتے ہیں میرے پاس۔ کہنے لگی کہ کچھ بھی نہیں تھا حتیٰ کہ میں اگر کوئی کواٹر یا فلیٹ (وغیرہ ہوتے ہیں) لیتی تھی تو لوگ میرے بستر ے اور سامان وغیرہ کو باہر پھینک دیتے تھے، کرائے کے پیسے ہوں تو پھر ہے ناں جب سے پڑھنا شروع کیا ہے تو خود بھی سیٹ ہوئی ہوں اور میرے جتنے بھی رشتہ دار تھے، ان کو بھی سیٹل کرلیا ہے اور پتہ نہیں کیا کہنے لگی کہ اتنے گھر کا (وہاں کراچی میں گز ہوتے ہیں) مکان ہے یہ سلسلہ ہے اور یہ سلسلہ ہے اب میرے جو میاں ہیں وہ ممتاز بھٹو کے پرائیوٹ سیکریٹری ہیں۔اس میں اصل چیز ہے۔

"مَغْفِرْلِلْمُؤمِنِینَ وَالْمُؤمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِینَ وَالْمُسْلِمَاتِ"

ایک ہے اپنی ذات کیلئے استغفار اور ایک ہے آقا سرورِکونین ﷺ کی امت کیلئے استغفار مؤمنین مومنات کیلئے مسلمین مسلمات کیلئے پھر وہی بات ہے کہ جہاں استغفار آئے گا وہاں رحمتوں کے دروازے کھل جائیں گے۔مشکلات آسان، پریشانیاں دور ہوجائیں اور اللہ تعالیٰ غموں کو دور کردے تو بیت الخلاءَ سے نکلنے کی دعا کیا ہے؟ پہلے پڑھے "غُفْرَانَکَ" پھر "اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِیْ اَذْهَبَ عَنِ الْاَذٰی وَعَافَانِیْ"

اب دیکھیں یہ بھی استغفار ہے **غفرانک**، اے اللہ میری بخشش کردے اب استغفار کیوں مانگی فرمایا مؤمن وہ ہے جو عمل سے پہلے بھی استغفار کرے اور عمل کے بعد بھی۔ حضرت معروف کرخیؒ بہت بڑے درویش گزرے ہیں وہ ایک تعویذ دیا کرتے تھے۔لوگوں کو کیا تعویذ دیتے تھے۔سن لو یہ انہیں کے الفاظ تھے اور انہیں کو جچتے تھے۔اے اللہ میرے گناہوں کی وجہ سے لوگوں پر عذاب نہ بھیج یہ فقرہ لکھ کر تعویذ دے دیتے تھے اور کام بن جاتا تھا۔ امت کیلئے استغفار ہے اس تعویذ کا فلسفہ دیکھیں اب ادھر دیکھیں کہ جب یہ بیت الخلاءَ سے نکلتا ہے تو یہ کہتا ہے **غفرانک** اے اللہ میری بخشش فرمادے، اے اللہ مجھے معاف کردے، تو نے کرم فرمایا میں نے پہلے دعا پڑھی بیت الخلاءَ میں جانے کیلئے یعنی "بِسْمِ اللهِ، اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُ بِکَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ"

میں نے دعا پڑھی تھی کہ اے اللہ تو نے مجھے خبث سے بھی خبائث سے بھی مذکر جن سے بھی مؤنث جن سے بھی شیاطین سے بھی محفوظ رکھا میرے اندر کی نجاستیں جتنی بھی تھیں اے اللہ تو نے نکال دیں۔ اگر یہ نجاستیں نہ نکلتیں تو ڈائلاسز کی ضرورت پڑتی ۔ذرا سمجھیں گردوں کا نظام ہے ایک ڈاکٹر سے پوچھا کراچی کا بہت بڑا اسپیشلسٹ گردوں کا کہ آپ گردہ مصنوعی بنا سکتے ہیں۔ کہنے لگے کہ گردے کے اندر ایسے چھوٹے چھوٹے باریک سوراخ ہوتے ہیں جو ہم نہیں بنا سکتے، کیسے بنائیں لاکھوں سوراخ ہیں، فلٹر کرتا ہے جسم کی نجاستوں کو نکالتا ہے چلو وہ سوراخ بھی بنائیں گردہ ویسے ہی بنالیں ٹھیک ہے، لیکن اس سے بھی عجیب بات ہے کہ ہر گردے کے اندر ایک دماغ ہوتا ہے جو جانچتا ہے کہ جسم کے اندر کتنے پانی کا بیلنس رکھنا ہے اور کتنے پانی کا بیلنس نکالنا ہے کونسی نمکیات کونسی چیزیں ضرورت ہیں کونسی نکالنی ہیں۔ جاگتے ہوئے اس جسم کی کتنی ضرورت ہے، سوتے ہوئے اس جسم کی کتنی ضرورت ہے مشقت میں اس کو کتنا پانی خارج کرنا ہے کتنا روکنا ہے کتنے زہریلے مادے خارج کرنے ہیں کونسے روکنے ہیں، اور یہ آرام کی زندگی کیسے گذارے گا کہنے لگا کہ وہ دماغ ہم کیسے بنائیں گے۔

اور اب نکلتے وقت کہتا ہے "غفرانک" اے اللہ اب مجھے معاف کردے کیونکہ میں نے تیری عبدیت کا حق ادا نہیں کیا تو نے مجھے اتنی نعمتیں عطا کردیں میرے اندر کی نجاستیں اگر رک جائیں تو پھر مشین کے ذریعے سے مصنوعی طرز پر نہ جانے کتنا عرصہ ڈائلاسز ہو اور ڈائلاسز ہوتے ہوتے آخر کار بے چارہ نچڑ جاتا ہے اور آخر ختم ہوجاتا ہے اسے کہتے ہیں:

"غُفْرَانَکَ! اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِیْ اَذْهَبَ عَنِ الْاَذٰی وَعَافَانِیْ" اے اللہ تو نے نجاست والی چیز کو نکال کے مجھے عافانی، عافیت دی مجھ پر کرم کیا مجھ پہ فضل کیا۔

بیت الخلاء کی زندگی کوئی عام بات نہیں ہے بھائی یہ مؤمن کی زندگی کا حصہ ہے اسی سے بڑی بڑی مصیبتیں ٹلتی ہیں اور اسی سے بڑی بڑی مصیبتیں لگتی ہیں۔ میں اپنے تجربات کی بنیاد پر آپ سے بیان کر رہا ہوں، بھئی میری عمر کوئی خاص نہیں ہے لیکن یہ جو لفظ ڈیلنگ dealing ہے یہ سلسلہ ۱۹۸۴ء سے چلا ہوا ہے تو اب تک کے تجربات بار بار دیکھتا آیا ہوں جیسا کہ ذمیندار، ایک مکینک، ایک پیشہ ور آدمی، ایک چیز کو بار بار دیکھتا ہے تو کہتا ہے کہ میرے تجربے میں ہے کہ یہ ایسا ہوگا اور پھر ہوتا ہے۔ ایک دوست ہیں مکینک ہیں پارٹس اور گاڑی کے بھی۔ گاڑی چلاتے ہوئے تھوڑا سا بھی کچھ ہوتا ہے تو فوراً کہہ دیتے ہیں کہ فلاں خرابی ہے ۔ایک مرتبہ ہم سفر میں جارہے تھے انکے پاس بڑی کرولا تھی اور اچانک تھوڑی سی خرابی پیدا ہوئی اور وہ گاڑی کے نیچے گھس گئے اور سارا نظام نکال دیا کہنے لگے کہ اب گاڑی تو ٹھیک ہے گاڑی منزل تک پہنچ جائے گی ورنہ یہ سارا نظام ٹوٹ جائے گا، انہی قسم کے تجربات کی بناء پر میں آپ سے عرض کر رہا ہوں کہ بیت الخلاءَ کا جو نظام اللہ تعالیٰ نے ہمارا رکھا ہے ہر جسم کی ضرورت ہر ولی کی ضرورت ہر بدکار کی ضرورت ہے ہر نیک کی ضرورت ہے ہر اچھے کی ہر برے کی ضرورت ہے ہر ایک کافر کی ضرورت ہے یہ مؤمن کی ضرورت ہے کافر من کے ساتھ جائے گا لیکن مؤمن من کے ساتھ نہیں جائے گا کافر ضرورت اور مجبوری سمجھ کر جائے اور مؤمن ضرورت اور مجبوری تو ہوگی لیکن آقا ﷺ کے طریقے پر جائے گا۔ (بقیہ حصہ آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

سنتِ نبوی ﷺ اور جدید سائنس: (Modren Scientific Research On Miswak)

مسواک اور جدید سائنس

گزشتہ سے پیوستہ

مسواک اور منہ کی بدبو: ایک صاحب منہ کی بدبو کیلئے اعلیٰ قسم کی ٹوتھ پیسٹ استعمال کر چکے تھے، ادویات منجن اور مقسم کی دافع تعفن ادویہ (Medicine Anticeptic) استعمال کیں، مشورہ کیا تو پیلو کا مسواک استعمال کرنے کا مشورہ دیا اور ساتھ ہی یہ احتیاط بتائی کہ ہر بار مسواک کے ریشے نئے ہوں۔ یعنی روزانہ ان ریشوں کو کاٹتے رہیں اور نئے ریشے استعمال کرتے رہیں (یہ آدمی کیلئے ضروری ہے ورنہ مسواک کے فوائد مطلوبہ سے محرومی ہوگی) کچھ تھوڑے عرصے کے بعد وہ تندرست ہوگیا۔

دل کی جھلیوں میں پیپ اور مسواک

حکیم ایس ایم اقبال اخبارِ جہاں میں لکھتے ہیں کہ میرے پاس ایک مریض آیا جس کے دل کی جھلیوں میں پیپ بھری ہوئی تھی اور دل کا علاج کرتے رہے لیکن افاقہ نہ ہوا آخر آپریشن کر کے پیپ نکال لی گئی کچھ عرصہ کے بعد دوبارہ پیپ پڑ گئی، تھک ہار کر میرے پاس آئے تو پتہ چلا کہ اس کے مسوڑھوں میں پیپ ہے اور وہ پیپ دل کو نقصان پہنچا رہی ہے اس تشخیص کو ڈاکٹروں نے بھی تسلیم کیا اب اسکا علاج دانتوں اور مسوڑھوں کا کیا گیا کھانے کیلئے ادویہ اور پیلو کا مسواک دیا گیا۔ بہت جلد مریض نے افاقہ محسوس کیا

دانتوں کے امراض اور دس ہزار درہم

عرب ممالک سے ایک مریض نے لکھا کہ میں دانتوں کے دیرینہ مسائل میں مبتلا ہوں اور اس علاج پر اب تک دس ہزار درہم لگا چکا ہوں ۔لیکن افاقہ ندارد، خط میں جواب دیا گیا کہ آپ مسواک صرف پیلو کا استعمال کریں اور دو ماہ مستقل دن میں پانچ بار نمازوں میں اور ایک بار تہجد میں اور کسی بھی قسم کی دوا استعمال نہ کریں۔ الحمدللہ مریض حیرت انگیز طریقے سے ٹھیک ہوگیا۔

منہ کا ذائقہ اور مسواک: ایک صاحب منہ کے ذائقے سے محروم تھے بہت علاج کیا لیکن افاقہ نہ ہوا حتیٰ کہ کسی نے کہا کہ آپ زبان پر جونکیں لگوائیں اور اس نے اپنی زبان کو جونکوں کے ذریعے زخمی بھی کروایا۔ لیکن فائدہ پھر بھی نہ ہوا میں نے اسے مشورہ دیا کہ آپ بالکل تاہم مسواک (پیلو) کا استعمال کریں اور ایک ماہ کے بعد پھر بتائیں مریض کا کہنا ہے کہ ایک روپے کی مسواک ہزاروں روپے کی ادویات پر بھاری ہے۔

مسواک اور گلے: ٹانسلز کے مریضوں کو جب مسواک مکمل استعمال کرائی گئی تو ایسے مریض بہت جلد صحت یاب ہوئے، ایک صاحب گلے کے غدود بڑھنے کے سلسلے میں پریشان تھے، ان کو شربتِ توت اور مسواک استعمال کروایا گیا۔ یعنی شربتِ توت پینے کیلئے اور مسواک استعمال کیلئے ۔مسواک بالکل تازہ استعمال کروائی گئی اور اس کے ٹکڑے کر کے پانی میں ابال کر اس پانی کے غرارے کرائے گئے ۔مریض نے فوری افاقہ محسوس کیا۔

ایک عجیب کیس: ایک مریض کا المیہ یہ تھا کہ اس کے گلے میں درد اور اس کی گردن میں درد اور سوجن آہستہ آہستہ آواز میں کمی اور پھر دماغی یاداشت میں کمی سر کا چکرانا وغیرہ امراض میں مبتلا تھا برین اسپیشلسٹ اور عام جنرل فزیشن کے بہت علاج کروائے لیکن حالات سابقہ۔ اس کے علاج کیلئے مسواک کاٹ کر اس کو ابال کر اس کے غرارے کرائے گئے ،مسواک مستقل استعمال کرنے کو کہا گیا اور بیرونی طور پر گردن کے سامنے یعنی ٹھوڑی کے نیچے ابھار پر ادویات کا لیپ کرایا گیا۔ اس کو اس سے بہت افاقہ ہوا ،دراصل اسکی تشخیص یہی کی کہ اس کے تھائی رائیڈ گلینڈ متاثر ہیں، جس کی وجہ سے اس کا تمام جسم متاثر ہوا اب ان کا علاج کیا گیا اور مریض تندرست ہوگیا۔

مسواک اور منہ کے چھالے: بعض منہ کے چھالے گرمی کی وجہ سے اور تیزابیت کی وجہ سے ہوتے ہیں اور ان میں ایک قسم ایسی بھی ہے جس میں خاص قسم کے جراثیم پھیل جاتے ہیں اس کیلئے تازہ مسواک کو منہ میں ملیں اور تازہ مسواک کے لعاب کو حاصل کر کے منہ میں ملیں۔ اس ترتیب سے کئی مریض تندرست ہوگئے ۔

مسواک اور دانتوں کی پیلاہٹ: اکثر لوگ شکایت کرتے ہیں کہ دانت پیلے ہیں اور دانتوں سے سفیدی کا استر اتر جاتا ہے ورنہ مسواک کے نئے نئے ریشے دانتوں کی پیلاہٹ کیلئے بہت مفید ترہیں۔

مسواک اور جراثیم (MISWAK AND JERMS)

مسواک دافع تعفن ہے جب بھی اس کے رس کو منہ کے اندر رکھا جائے گا تو یہ منہ کے اندر جراثیم کو قتل کر دیتا ہے۔ جس سے نمازی بے شمار امراض سے بچ جاتا ہے۔ حتیٰ کہ بعض جراثیم صرف مسواک کے اندر موجود انٹی سیپٹک مواد کے سبب ہی مرتے ہیں۔

مسواک اور دماغ (MISWAK AND BRAIN)

حضرت علیؓ کا قول ہے کہ مسواک سے دماغ تیز ہوتا ہے۔ دراصل مسواک کے اندر فاسفورس (PHOSPHORUS) ہوتا ہے، تحقیقات کے مطابق جس زمین میں کیلشم اور فاسفورس کی زیادتی ہوگی وہاں پیلو کا درخت عام پایا جائے گا اس لئے قبرستان میں انسانی ہڈیوں کے گلنے کی وجہ سے فاسفورس اور کیلشم عام ہوتا ہے، یہی وجہ ہے کہ یہاں پیلو کا درخت بھی زیادہ ہوتا ہے، اور دانتوں کیلئے فاسفورس اور کیلشم ایک اہم غذا ہے اور خاص طور پر پیلو کی جڑ میں یہ اجزاء عام ہوتے ہیں مشاہدے میں آیا ہے کہ اگر پیلو کی مسواک کو تازہ حالت میں چبایا جائے تو اس کے اندر سے ایک تیز اور ترش مادہ نکلتا ہے بس یہی مادہ منہ کے اندر جراثیم کی نشونما کو روکتا ہے۔ اور دانتوں کو امراض سے بچاتا ہے اس لئے یہ ضروری ہے کہ مسواک کے نئے ریشے نکال کر استعمال کرنا چاہئے۔ تاکہ تلخ مادہ دانتوں کی صحت کو بحال رکھ سکے۔

دانت اور دماغ ناصاف گندے اور پیپ زدہ دانت دماغی امراض کا باعث بنتے ہیں ان میں نفسیاتی امراض جنون خبط اور دیگر مہلک امراض شامل ہیں ایک صاحب کی بیوی کو دماغی عارضہ تھا پیچیدہ ٹیسٹوں کے بعد معلوم ہوا کہ دماغ کے پردوں میں پیپ پڑ چکی ہے اور مریضہ عرصہ دراز سے ماسخورہ یا پائیوریہ میں مبتلا تھی اور وہی پیپ اس مرض کا باعث بن گئی اس طرح پیپ کے اثرات غدہ نخامیہ یا پچوٹری گلینڈ پر مہلک ہوتے ہیں۔ ''مسواک کے حیرت انگیز فوائد آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں''

(بحوالہ ''سنتِ نبوی اور جدید سائنس'' جلد اول)

مستقل سلسلہ:۔

حکیم صاحب کے مسلسل طبی تجربات ومشاہدات کا نچوڑ

خواتین کا چہرہ، تین پیچیدہ مسائل اور آسان حل

چہرے کے بال، دانے اور چھائیوں کا آسان اور آزمودہ حل

تحقیق: حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

اللہ تعالیٰ جمیل ہے اور جمال کو پسند کرتا ہے ویسے بھی شرعاً محرم کے لیے حسن و آرائش کا اختیار کرنا ضروری ہے۔ گزشتہ سالہا سال کے تجربات اور مریضوں کا مستقل علاج آخر کار تجربات و مشاہدات کا ذریعہ بنتا ہے اور یہ تجربات اور مشاہدات مریضوں کے علاج اور شفا میں معاون بنتے ہیں۔ موجودہ زندگی نے اور آلودگی نے سب سے زیادہ جسم کے ان حصوں کو متاثر کیا ہے جو کھلے حصے ہیں ان میں چہرہ جسم کا وہ حصہ ہے جو کہ حساس بھی اور خواتین کا گھر میں کھلا اور مردوں کا گھر اور باہر کھلا رہتا ہے چہرہ ایسی چیز ہے۔ اس پر کوئی غلاف نہیں ڈال سکتے۔ اس لیے یہ متاثر زیادہ ہوتا ہے۔ ایک خاتون کا رونا مجھے اس تحقیق کی طرف لایا یہ کہ ایک باپردہ خاتون علاج کے لیے تشریف لائی دوران گفتگو وہ رونے لگی اور اتنا روئی کہ اس کی ہچکی بندھ گئی آخر کار اس نے بتایا کہ وہ بہت خوبصورت تھی لیکن سن بلوغت کے بعد اس کے چہرے پر بال اگنا شروع ہو گئے پہلے پہل بہت معمولی اور بالکل چھوٹے نرم نرم تھے۔ میں نے توجہ نہ کی لیکن پھر آہستہ آہستہ وہ بال بڑھنا شروع ہوئے اور سخت ہوئے کھردرے ہو گئے میں گھبرا گئی اور اس کے علاج کی طرف متوجہ ہوئی مختلف قسم کی کریمیں اور لوشن استعمال کیے لیکن افاقہ نہیں ہوا پھر تھریڈنگ کرانے کا لوگوں نے مشورہ دیا وہ نہ چاہتے ہوئے بھی کرا بیٹھی بالکل رک گئے۔ لیکن چہرا داغوں سے بالکل بھر گیا پھر اس کے علاج کے لیے میں نے مختلف ادویات لگانے کی استعمال کیں جب وہ استعمال کیں تو چہرہ کچھ صاف ہو گیا لیکن میری بدقسمتی کہ بال پھر نکلنا شروع ہو گئے۔ بس اسی کشمکش میں میری زندگی کے دن رات گزر رہے ہیں اور میں سخت پریشان حال ہوں علاج کرا کرا کر تھک گئی ہوں لیکن فائدہ کبھی بھی نہیں ہوا میں نے خاتون کو تسلی دی اور عرض کیا کہ دراصل چہرے کے مسائل کا تعلق دو چیزوں سے ہے ایک معدہ دوسرا نسوانی ہارمونز یعنی اندرونی نسوانی مسئلہ مرض دراصل چہرے کی نہیں ہے بلکہ معدے اور اندرونی مرض سے چہرے پر ظاہر ہوتی ہے۔ اب اصول علاج یہی ہے کہ اس کا علاج بھی اندرونی ہی کیا جائے نہ کہ بیرونی حتیٰ کہ بیرونی علاج کرتے کرتے لوگ تنگ آ گئے۔ ایک تاجر کراچی کے ملے بہت پتے کی بات کہی کہنے لگے اس وقت تجارت اور کمائی کے اعتبار سے جتنا زیادہ کاسمیٹک میں چہرے کی کریمیں اور لوشن فروخت ہوتی ہیں۔ اتنی زیادہ شاید کسی اور مسئلے کے لیے کوئی چیز فروخت ہوتی ہو۔ لیکن سب کچھ عارضی اور بے سود ہوتا ہے۔ محترم قارئین خواتین کے چہرے کے مسائل چہرے کے بال، چہرے کے دانے یا پھر چہرے کے داغ ہوں ان سب کا بڑا مسئلہ معدہ اور اندرونی الجھنیں ہیں۔ ایک خاتون چہرے کے مسائل لے کر آئیں میں نے انہیں غذائی پرہیز کرایا تمام قسم کے برگر، کوک، مشروبات، مصالحہ دار حتیٰ کہ وقتی طور پر تمام قسم کا گوشت منع کر دیا اور انہیں یہ ادویات استعمال کرائیں اور عرض کیا کہ کم از کم 3 یا 4 ماہ مستقل مزاجی سے یہ ادویات استعمال کریں۔ کیا خیال ہے جو کیس سالہا سال کا بگڑا ہوا ہے وہ مریض چند دنوں یا کچھ عرصے میں حل کرنا چاہتے ہیں اور مریض یہ چاہتا ہے کہ صرف لگانے کی دوائی سے یہ مسئلہ حل ہو جائے کیسے ممکن ہے؟ ایک خاتون نے بتایا کہ وہ روزانہ شیو کرتی ہے بال روز بروز سخت سے سخت ہوتے جا رہے ہیں۔ میں نے اس خاتون سے عرض کیا کہ اگر آپ غذا پر کنٹرول اور دوائی کی باقاعدگی کر لیں تو یہ مسئلہ جو بظاہر حل ہوتا نظر نہیں آ رہا۔ انشاء اللہ تعالیٰ حل ہو جائے گا اور صحت کامل ملے گی۔ خاتون نے ہمت کی اور کئی ماہ مستقل سے پرہیز اور علاج کیا آج اس کے مطابق کہ اس کا چہرہ بالکل صاف شفاف حتیٰ کہ کوئی داغ اور دھبے چھائیاں تک نہیں۔ مجھے مریضوں کے مسلسل تجربات نے جو نچوڑ دیا ہے وہ نسخہ جات کی شکل میں آپ تک پہنچا رہا ہوں۔ لیکن جو بات بار بار تجربے میں آئی ہے وہ یہ ہے کہ مستقل مزاجی اس علاج کی پہلی اور آخری دلیل اور ۔۔۔شرط۔۔۔ ہے اور جو کہ خواتین میں بہت کم دیکھنے میں آتی ہے۔ ایک نہیں کئی گھرانوں کے مسائل میرے سامنے ہیں کتنے بے شمار گھرانے میرے سامنے آئے کہ ان بچیوں کی شادی صرف اس لیے رکی ہوئی ہے کہ ان کے چہرے کے مسائل ناگفتہ ہیں اور باوجود کوشش کے وہ مسئلہ حل نہ ہوا۔ ایک خاتون کہنے لگی کہ گھر میں اللہ کا دیا ہوا سب کچھ ہے اچھے علاقے اور۔۔۔ طبقہ سے تعلق ہے لیکن بیٹی کے چہرے پر دانے بکثرت ہیں اور کچھ تھوڑے بالوں کی بھی سخت پریشانی ہے رشتے بہت آتے ہیں لیکن کوئی واپس نہیں آتا۔ آخر میں کیا کروں؟ انہیں غذائی پرہیز میں سختی اور یہی ادویات بکثرت استعمال بتایا گیا تو مریضہ بالکل تندرست ہو گئی اور شادی ہو گئی۔

اس سے بھی زیادہ المناک واقعات ہو رہے کہ محض چہرے کی خرابی کی وجہ سے آپس میں ناچاقی مار کٹائی۔ مقدمے بازی حتیٰ کہ طلاق تک کام پہنچ جاتا ہے۔ میرے اپنے روزمرہ کے تجربات میں نہ جانے کتنے کیس آئے اور آ رہے ہیں کہ مسئلہ کچھ نہیں تھا صرف چہرے کا مسئلہ تھا اور معاملہ اتنا زیادہ بگڑ گیا کہ نوبت طلاق تک پہنچ گئی۔ جس طرح عورتوں کے چہرے مسائل کی وجہ معدہ اور ہارمونز ہیں اس طرح مردوں میں بھی چہرے کے مسائل کی وجہ سو فیصد یہی ہے اور انہیں مسائل کی وجہ سے مردوں کو میں نے پریشان حال دیکھا ہے۔ ایسے مرد جوان مسائل میں الجھے ہوئے ہیں ان کے لیے بھی یہی نسخہ جات تجویز کیے جاتے ہیں اور الحمدللہ وہ مریض بھی تندرست ہوئے۔ آخر میں پھر وہی بات کہ مستقل مزاجی سے علاج کیونکہ مسئلہ دیر طلب ہے پرہیز بھی سختی سے کریں تو چہرے کے دانے زخم خراش اور داغ دھبے بالکل ختم ہو جائیں گے۔ علاج پانی کم از کم 12 گلاس روزانہ ضرور پئیں اور صبح نہار کم از کم 3 گلاس پانی پئیں۔ لیکن ایک ایک گھونٹ کر کے اور ہر گھونٹ پر 11 بار یاواسع یاسلام پڑھیں یاد رکھیے بہت آزمودہ عمل ہے اور اسے اسی طرح ہی کریں کم از کم 4 ماہ تک ایک دن بھی ناغہ نہ ہو حتیٰ کہ خواتین مجبوری کے دنوں میں بھی پڑھ سکتی ہیں۔ پانی 3 گلاس لازم ہو اور ہر گھونٹ پر یہ عمل پڑھیں چاہے وقت جتنا لگ جائے لیکن تسلی سے یہ عمل کریں پھر قدرت ربی کا مشاہدہ کریں۔ ناف میں نتھنوں میں اور مقعد میں سرسوں کا یا زیتوں کا تیل صبح وشام ضرور لگائیں قارئین یہ ٹوٹکہ بظاہر آپ کے لیے انوکھا ہو گا لیکن مسلسل تجربات نے ثابت کر دیا ہے کہ ان جگہوں پر تیل لگانا چہرے کے حسن کا آخری علاج ہے۔ مجھے یاد ہے کہ امریکہ سے کچھ مریض علاج کے لیے آئے حالانکہ ان کا مرض یہ نہیں تھا لیکن انہوں نے بتایا کہ ان میں سے ایک خاتون کو یہ مسئلہ ہوا تو امریکہ کے ایک بہت بڑے ڈاکٹر سے 63 دن پہلے کا ٹائم لیا۔ (وہ اتنا مصروف تھا) جب اس نے معائنہ کیا تو اس نے کچھ ادویات لکھ کر غذا اور اس تیل والے عمل کی خوب تاکید کی جب یہ عمل کیا تو بہت فائدہ ہوا بقول مریضوں کہ اس تیل والے عمل سے دائمی کھانسی نزلہ زکام اور الرجی اور بواسیر تک کو بھی یقینی فائدہ ہوتا ہے۔ مندرجہ ذیل نسخہ جات بنا کر مستقل استعمال کریں۔

نسخہ نمبر۱) مولیاں ۱ کلو، پھٹکری ۲۰ گرام،

سہاگہ ۲۰ گرام، ہیرا کیس ۲۰ گرام، صدف ۲۰ گرام، نوشادر ۲۰ گرام، جوکھار ۲۰ گرام، سنگ یہود ۲۰ گرام، بہلاوے ۴۰ گرام، شورہ ۴ گرام، بندق (ریٹھا) ۶ ادانے۔ ترکیب تیاری جوسر مشین کے ذریعے مولی کا پانی نکال لیں۔ پانی اور تمام خشک چیزیں ایک کڑاہی میں ڈال دیں اور نیچے آگ دے دیں۔ اور اوپر سے ہٹ جائیں کیونکہ دواؤں سے دھواں نکلے گا جو آپ کی آنکھوں کو نقصان دے سکتا ہے۔ کچھ کچھ دیر کے بعد سائیڈ سے ہو کر ہلاتے رہیں کسی کڑچھے یا کھرپا ہو اس کے بعد جب سب چیزیں مل جائیں یعنی راکھ ہو جائیں اور دھواں بھی بالکل ختم ہو جائے کڑاہی لیں اور ٹھنڈا ہونے پر سفوف بنائیں اور استعمال کریں۔

ترکیب استعمال: چنے کے برابر سفوف صبح، دوپہر، شام ہمراہ پانی یا لسی کھانے کے ایک گھنٹہ پہلے یا بعد۔ نسخہ نمبر۲: اندر جو شیریں ۵۷ گرام، قلمی شورہ ۵۷ گرام، ریوند چینی ۵۷ گرام، دانہ الائچی کلاں ۵۷ گرام، زیرہ سفید ۵۷ گرام، سناء مکی ۲۰۰ گرام، چینی ۱۳۰۰ گرام۔ ترکیب تیاری: تمام ادویات لے کر صاف کر لیں یعنی مٹی کنکر اور غیر معروف چیزیں نہ ملی ہوئی ہوں سفوف بنا کر 1/2 چمچہ دن میں 4 بار کھانے سے قبل یا ایک گھنٹہ بعد ہمراہ دودھ یا لسی۔ نسخہ نمبر۳: مصری 50 گرام، زیرہ سفید 50 گرام، سونف 100 گرام، دانہ الائچی خورد ایک تولہ سفوف بنائیں 1/4 چمچہ صبح، دوپہر، شام رات دن میں 4 بار کھانے سے قبل یا ایک گھنٹہ بعد ہمراہ پانی۔ نسخہ نمبر۴: گگل ۲۰ گرام، رسول انڈیا ۲۰ گرام، مغز نیم ۲۰ گرام کافور ۱۰ گرام، زمین قند ۲۰ گرام پوست چترک، سنڈھ ۱۰، ۱۰ گرام، فلفل دراز ۵ گرام گڑ پرانا ۲۰ گرام، ترپھلہ ۲۰ گرام، گگل ۲۰ گرام، تربد سفید ۱۰ گرام، سکنج ۶ گرام، رائی ۳ گرام، پوست ریٹھہ ۲۰ گرام، تخم بکائن ۳۰ گرام۔ سفوف بنا کر 1/4 چمچہ صبح، شام، رات ہمراہ پانی کھانے سے قبل یا ایک گھنٹہ بعد۔ مفید غذائیں: کدو، شلغم، گاجر، مولی، توری، بند گوبھی، خرفہ، سلاد، کھیرا، دہی لسی، پودینہ کی چٹنی، شہد پانی میں گھول کر، مونگ کی دال، کالے چنے کا شوربہ، گیہوں کی روٹی، ساگودانہ، دلیہ، انگور، مالٹا، مٹھا، خربوزہ، انار، سیب، فالسہ، تربوز، آڑو، سردا، گرما، ککڑی، ناشپاتی، گنے کا رس پستہ، جاپانی پھل آلو بخارا، گریپ فروٹ، کیلا، کھجور پانی میں ملا کر شربت کی طرح، گنڈیری، چقندر، کارن فلیکس، براؤن بریڈ مکھن، فیرنی، فالودہ، دودھ سوڈا، کھچڑی، کسٹرڈ، رس سادہ، یہ غذائیں مریض استعمال کر سکتا ہے۔

غور طلب

کراچی سے ماہنامہ ''عبقری'' کے دفتر کو مستقل بنیادوں پر مرکز روحانیت و امن لاہور میں منتقل کر دیا گیا ہے لہٰذا آئندہ ہر قسم کے رابطے، منی آرڈر، سرکیولیشن، مضامین اور خط و کتابت کیلئے لاہور کا پتہ استعمال کریں۔ (ادارہ)

بال، مہنگے شیمپو یا مفید گھریلو علاج

محترمہ ن۔ رشید

مہنگے شیمپو خریدنے کی بجائے اس مضمون میں دیے گئے مفید گھریلو نسخوں سے بالوں کو سیاہ، چمک دار اور خوب صورت بنائیے، اچھی صحت کا راز یہ بھی ہے کہ جسم صاف ستھرا رہے۔ اس میں بالوں کا صاف ستھرا رہنا بھی بہت ضروری ہے۔ اسلامی ہائی جین یعنی صحت و صفائی کے اصولوں میں بالوں کی صفائی کی بڑی اہمیت ہے جب کہ ہم بالعموم اس سلسلے میں بے اعتنائی برتتے ہیں جس کے نتیجے میں بال ہم سے رخصت ہونے لگتے ہیں۔

بالوں کے دھونے یا ان کے شیمپو کرنے کا مقصد انھیں گرد و غبار، چکنائی اور بناؤ سنگھار کی اشیا سے اس طرح صاف کرنا ہوتا ہے کہ اس عمل سے انھیں کوئی نقصان نہ پہنچے۔ اس لیے بالوں کے لیے ضروری ہے کہ انھیں کھاری (القلی) اشیا (سوڈا وغیرہ) سے نہ دھویا جائے، کیوں کہ اس سے وہ خشک، بے لوچ اور کڑک ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح بالوں کی صفائی حسب ضرورت ہوتی رہنی چاہیے یعنی جب بھی ان میں میل کچیل جمع ہو انھیں دھو لینا چاہیے، کیوں کہ پسینہ، گرد و غبار اور تیل و چکنائی بو غیرہ کی وجہ سے بالوں میں بیکٹیریا بنتے اور جوئیں پڑ جاتی ہیں، اس لیے بال دھونے کے لیے ہلکا پانی بہت ضروری ہوتا ہے یعنی کھاری یا بھاری پانی بالوں کے لیے نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔

بالوں کی صفائی میں انھیں شیمپو کرنے کے علاوہ برش سے ان کی صفائی کو بھی شامل کرنا چاہیے۔ بالوں میں اچھی طرح کنگھی یا برش کرنے سے سر کی جلد میں دورانِ خون ہی تیز نہیں ہوتا بلکہ اس طرح گرد و غبار بھی بالوں سے نکل جاتے ہیں اور بال زیادہ چمک دار نظر آتے ہیں۔ اس عمل سے بالوں کی جڑوں میں خاص طور پر چکنائی پیدا کرنے والے غدود بھی چست ہو جاتے ہیں۔ آپ کے بال خشک ہوں کہ چکنے ان میں برش خوب کیجیے۔

بال دھونے کے لیے پانی قابل برداشت حد تک گرم ہونا چاہیے۔ اس پانی سے بال اچھی طرح بھگونے کے بعد ان میں دھیرے دھیرے شیمپو لگائیے اور یہ خیال رکھیے کہ شیمپو تمام بالوں میں اچھی طرح لگ جائے۔ عام طور پر کان اور گدی کے طرف کے بالوں میں شیمپو اچھی طرح نہیں لگتا۔ شیمپو لگانے کے بعد انگلیوں کی گدیوں سے (ناخنوں سے نہیں) اسے خوب اچھی بالوں میں ملنا اور لگانا چاہیے۔ یہ عمل بار بار کرنا چاہیے تا کہ اس طرح یہ اچھی طرح لگ بھی جائے اور سر کی جلد کی مالش بھی خوب ہو جائے۔ اس کے کچھ دیر بعد بال اچھی طرح پانی سے دھو لیے جائیں۔ شیمپو ایک دفعہ پھر لگا کر بال دھونے چاہئیں۔ اس سے فارغ ہو کر بال اچھی طرح صاف ستھرے تولیے سے خشک کر لینا چاہئیں۔ چہرہ اور کان بھی اچھی طرح پونچھنا چاہیے۔ بالوں سے پانی نکالنے کے لیے انھیں بل نہیں دینا چاہیے۔ جب پانی اچھی طرح خشک ہو جائے تو اپنی ہتھیلی اور انگلیوں کو گول دائروں میں چلاتے ہوئے بال مزید خشک کر لیے جائیں۔

خانہ ساز شیمپو: شیمپو کا استعمال اور ان کی تشہیر عروج پر ہے، لیکن یہ بات بھی اپنی جگہ درست ہے کہ ہر کوئی انھیں خریدنے کی سکت نہیں رکھتا۔ اس کا مناسب اور بہتر علاج ہے کہ گھر ہی پر نباتاتی شیمپو تیار کر کے استعمال کیے جائیں۔

(۱) دو انڈوں کی زردیاں سفیدی سے الگ کر لی جائیں۔ اب ان میں السی کا اصلی اور تازہ تیل اور گنے کا خالص سرکہ دو دو کھانے کے چمچ اچھی طرح ملا کر بالوں میں اسے لگایا جائے۔ ایک گھنٹے بعد گرم پانی سے سر دھو لیا جائے۔ یہ شیمپو خاص طور پر بھوسی اور خشکی کے لیے بہت مفید ہوتا ہے۔

(۲) ریٹھے کا چھلکا سکا کائی اور آملہ (۱۰۰۔۱۰۰ گرام) کو کوٹ کر ایک لیٹر پانی میں ۲۴ گھنٹے بھگو دیں اور پھر اچھی طرح ابال کر چھان کر شیمپو کی طرح بالوں میں خوب لگا کر دھو لیں۔

(۳) ریٹھے کا چھلکا، سکا کائی، آملہ، میتھی دانہ، چائے کا چورا ۲۵۔۲۵ گرام رات کو اچھی طرح لوہے کے برتن میں بھگو کر صبح جوشدے کر چھان کر بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال صاف ہونے کے علاوہ مضبوط، سیاہ اور گھنے بھی ہوں گے۔

(۴) ریٹھا، بابونہ، کپور کچہری ۱۰۰۔۱۰۰ گرام موٹا موٹا کوٹ کر ایک لیٹر کھولتے پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان کر اس پانی سے بال شیمپو کریں۔ اس سے بال صاف اور مضبوط بھی ہوں گے۔

(۵) املی ۵۰ گرام رات کو ۲ پیالی تیز گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح خوب مل کر چھان کر اس میں بے چھنے گندم کا آٹا (کھانے کے دو چمچے) ملا کر دھیمی آنچ پر لئی کی طرح پکائیں اور نیم گرم حالت میں بالوں اور ان کی جڑوں اور سر کی جلد پر اچھی طرح لگا کر آدھا گھنٹے بعد پانی سے اچھی طرح دھو لیں۔ جلد پر جمی چکنائی اور بھوسی دور ہونے کے علاوہ بال خوب صاف اور نرم ہو جائیں گے۔

بال دھونے کے لیے مختلف اشیاء تنہا یا مرکب استعمال ہوتی ہیں۔ بالوں میں جوئیں پڑنے کی صورت میں بھی نباتاتی اشیا سے جو شیمپو تیار کیے جاتے ہیں وہ نہ صرف بال صاف کرتے ہیں بلکہ جوؤں کا خاتمہ بھی کرتے ہیں مثلاً اندرون سندھ جوؤں کے لیے نیم کے بیج خوب کوٹ کر سر میں اچھی طرح لگائے جاتے ہیں اور بال صبح دھو لیے جاتے ہیں۔ اس عمل کو تین چار مرتبہ دہرانے سے جوئیں ختم اور جلد بھوسی خشکی سے صاف اور بال نرم ہو جاتے ہیں۔

جنات سے سچی ملاقاتیں

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

اماوس کا آسیب

ان فطری سربستہ رازوں میں سے ایک کا قصۂ اسرار جنہیں انسان اب تک سمجھ نہیں سکا

پولیس ملازمت کے دوران مجھے کئی بار روزمرہ زندگی سے ہٹ کر ایسے مشاہدات کرنے کے مواقع ملے جو میرے لئے حیران کن ثابت ہوئے۔ میں بنیادی طور پر آسیب یا جن وغیرہ پر یقین نہیں رکھتا، اگر کوئی ایسا واقعہ سننے یا دیکھنے میں آئے تو اس کی توجیہہ سائنسی انداز میں کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔ میرا اپنا ذاتی خیال ہے کہ جس بات کو ہم مافوق الفطرت سمجھتے ہیں اسے ہم علم یا تحقیق کی کمی کے باعث سمجھ نہیں پاتے۔

کئی سال پہلے کی بات ہے میں لاہور میں اندرونِ شہر ایک تھانے میں بطور ایس ایچ او تعینات ہوا اور ابھی علاقے اور لوگوں سے واقفیت کر رہا تھا۔ گرمیوں کے دن تھے، میں اپنے دفتر میں بیٹھا زیرِ تفتیش مقدمات کا مطالعہ کر رہا تھا کہ محرر بھاگا بھاگا میرے پاس آیا اور کہنے لگا: ''جناب! وائرلیس کنٹرول سے اطلاع ملی ہے کہ محلہ شریف پورہ میں ایک عورت نے خودکشی کی کوشش کرتے ہوئے اپنے آپ کو ریوالور سے گولیاں ماردیں ہیں''

میں نے فوراً نوٹ بک اٹھائی، ٹوپی سر پر رکھی اور متعلقہ عملے سمیت سرکاری گاڑی پر محلّہ شریف پورہ روانہ ہوگیا۔ گاڑی ہمیں سڑک پر کھڑی کرنی پڑی کیونکہ مطلوبہ گھر تنگ گلیوں میں تھا۔ پُر پیچ گلیوں میں سے گزرتا ہوا میں اپنے عملے کے ہمراہ اپنی منزل تک پہنچا تو وہاں محلے داروں کا ہجوم تھا۔ انہوں نے بتایا کہ اختر علی کی بیوی نازیہ نے خودکشی کرنے کی کوشش کی ہے اور اہلِ محلّہ اسے سرکاری ہسپتال لے گئے ہیں۔

اس وقت تک ایک گولی کے بجائے کئی گولیاں کا لفظ میرے ذہن میں سوالات پیدا کر چکا تھا۔ کم از کم میرے لئے یہ پہلا موقع تھا کہ خودکشی یا اقدامِ خودکشی کرتے ہوئے کسی نے اپنے آپ کو ایک گولی کے بجائے کئی گولیاں ماری ہوں۔ میں نے فیصلہ کیا کہ مضروبہ کے پیچھے ہسپتال جانے سے پہلے جائے حادثہ دیکھ لوں۔ مجھے خدشہ تھا کہ اس دوران گھر والے یا محلّہ کے لوگ اہم ثبوت ضائع کردیں گے۔

میں نے سب سے پہلے وہ کمرہ دیکھا جہاں مبینہ طور پر نازیہ نے خود کو گولیاں ماری تھیں۔ یہ نچلے متوسط طبقے کا گھر تھا اس کمرے میں (کچھ خواتین جمع تھیں) جو دیکھنے میں خوابگاہ لگتا تھا۔ میں نے ایک معمر خاتون سے دریافت کیا: ''گھر کے مرد کہاں ہیں؟'' وہ کہنے لگی: ''میرا خاوند اور بیٹا اختر علی دونوں صبح سے اپنی دکان پر گئے ہوئے ہیں''

میں نے پوچھا: ''وہ ریوالور کدھر ہے جس سے نازیہ نے خود کو گولیاں ماریں؟'' اس خاتون نے اشارے سے بتایا کہ وہ سامنے بستر پر پڑا ہے۔ میں نے دریافت کیا: ''واقعے کے بعد کسی نے اسے ہاتھ تو نہیں لگایا؟''

وہی خاتون بولی: ''یہ میرے بیٹے اختر علی کا لائسنسی ریوالور ہے۔ الماری میں رکھا ہوتا تھا۔ آج جب نازیہ پر پھر دورہ پڑا تو اس نے الماری سے نکال کر خود کو گولیاں ماریں، تب سے کسی نے اسے ہاتھ نہیں لگایا''

میں نے رومال سے ریوالور پکڑ کر اس کی نالی سونگھی، بارود کی تازہ بو آرہی تھی۔ چیمبر دیکھا، چھ میں سے تین گولیاں چلی ہوئی تھیں۔ میں نے ریوالور قبضے میں لے لیا۔ بستر پر خون کے نشانات موجود تھے، میں نے احتیاطاً چادر کا خون آلود حصہ کاٹ کر اٹھالیا۔ کمرے میں بغور دیکھا، کوئی اور قابلِ ذکر چیز نظر نہیں آئی۔ اس ابتدائی تفتیش کے بعد میں باہر نکل آیا۔ اب ہماری اگلی منزل ہسپتال تھی۔ وہاں نازیہ انتہائی نگہداشت کمرے (آئی سی یو) میں زیرِ علاج تھی۔ میں نے ڈیوٹی ڈاکٹر سے پوچھا: ''مضروبہ کی حالت کیسی ہے؟ آیا وہ بیان دینے کے قابل ہے یا نہیں؟''

ڈاکٹر نے بتایا: ''مضروبہ نے اپنے پیٹ میں تین گولیاں ماری ہیں اس کی حالت کافی خراب ہے لیکن بچنے کے امکانات کافی روشن ہیں۔ تاہم ابھی تک وہ بے ہوش ہے اور بیان دینے کے قابل نہیں'' ڈاکٹر کا بیان حاصل کرکے میں واپس تھانے میں چلا آیا۔

دوسرے دن بھی نازیہ پوری طرح ہوش میں نہیں آئی تھی۔ تیسرے دن ہسپتال معلوم کیا تو پتہ چلا کہ نازیہ کو اس کے گھر والے لے گئے ہیں۔ مجھے حیرت ہوئی کہ اتنی جلد وہ گھر واپس جانے کے قابل کیسے ہوگئی؟ اس پر ڈاکٹر نے بتایا: ''مضروبہ اور اس کے گھر والوں نے ہنگامہ کھڑا کردیا کہ اب وہ ٹھیک ہے، مزید علاج وہ گھر پر ہی کروائیں گے۔ ہم زبردستی کسی مریض کو ہسپتال میں نہیں روک سکتے''

ہسپتال سے میں سیدھا مضروبہ ایک گھر پہنچا۔ اس کا شوہر بھی گھر پر موجود تھا۔ نازیہ کی عمر تقریباً ستائیس اٹھائیس سال تھی۔ چہرے پر نقاہت طاری تھی۔ شکل وصورت سے اسے بلاشبہ حسین عورت کہا جاسکتا تھا۔ میں اور سب انسپکٹر محمد اسلم کرسیوں پر بیٹھ گئے۔ میں نے نازیہ سے پوچھا: ''بی بی! کیا آپ اپنا بیان ریکارڈ کروانے کی حالت میں ہیں؟''

اس نے جواب دیا: ''جی ہاں! آپ لکھنا شروع کیجئے'' اس نے پھر بتانا شروع کیا: ''میں اپنے ماں باپ کی اکلوتی بیٹی ہوں، والد درزی تھے۔ میٹرک تک پڑھی، اس کے بعد گھر پر سینا پرونا کرنے لگی۔ اس وقت تک میں عام سی لڑکی تھی اور مجھے کسی قسم کا کوئی ذہنی یا جسمانی عارضہ لاحق نہیں تھا لیکن خدا نے شکل وصورت ایسی دی تھی کہ دیکھ کر راہ چلتے لوگ رک جاتے۔ دیکھنے والے حیران ہوتے تھے کہ برکت درزی کے گھر خدا نے حور پیدا کردی ہے۔ میرے گھر کا ماحول شریفانہ تھا اور پردے کی پابندی تھی۔ پھر بھی محلے کی تمام عورتیں میرے حسن کے متعلق باتیں کرتی تھیں۔ میں خود بھی کئی کئی گھنٹے آئینے کے سامنے کھڑی ہوکر اپنے آپ کو تکتی رہتی۔

ایک دفعہ سردیوں میں نہانے کے بعد بال سکھانے چھت پر گئی۔ دھوپ میں بیٹھی تھی کہ اچانک مجھے محسوس ہوا جیسے کسی نے میرے پورے جسم پر قبضہ کرلیا ہو، میں ہل جل بھی نہیں سکتی تھی۔ بے ہوشی جیسی یہ کیفیت کئی منٹ رہی۔ اس کے بعد ہوش آیا تو چارپائی پر پڑی تھی۔ گھر والے آس پاس کھڑے تھے۔ پوچھنے لگے: تمہیں کیا ہوا تھا؟ لیکن مجھے خود سمجھ نہیں آئی کہ میرے ساتھ کیا ہوا۔ ہم سب نے اسے اتفاقیہ واقعہ سمجھ کر بھلادیا۔ پورے ایک مہینے بعد پھر مجھ پر وہی کیفیت طاری ہوگئی، ہاتھ پاؤں اکڑ گئے اور میں بے ہوش ہوکر گر پڑی۔ کچھ لوگوں نے اسے ہسٹریا کہا، کچھ نے کہا کہ لڑکی کو آسیب ہوگیا ہے۔ بڑی بوڑھیوں نے میرے ماں باپ کو مشورہ دیا کہ لڑکی کی شادی کردو، ٹھیک ہوجائے گی۔ اس کے بعد پھوپھی زاد اختر علی کے ساتھ ہنگامی بنیاد پر میری شادی کردی گئی۔ اختر نے شادی کے بعد ہر طرح سے میرا خیال رکھا۔ لیکن مہینے میں ایک دفعہ مجھے دورہ ضرور پڑتا تھا۔ رفتہ رفتہ مجھے احساس ہوا کہ دورہ ہمیشہ اماوس کی

رات پڑتا ہے۔ میرے شوہر نے میرا ہر طرح کا علاج کروایا اور تعویذ دھاگے سے بھی مدد لی۔ کسی پیر نے بتایا کہ سمندر پر لے جا کر سر کے سارے بال منڈ واؤ اور انہیں سمندر کی لہروں کی نذر کردو، آسیب کا اثر ختم ہوجائے گا۔ لیکن تمام ٹوٹے ٹونکے بے اثر رہے۔ ایک دفعہ تو دورے کے دوران میں نے سخت گرم توے پر اپنے ہاتھ رکھ دیئے، ہتھیلیاں جل گئیں لیکن مجھے ذرا برابر تکلیف کا احساس نہ ہوا۔ میری ساس نے جلنے کی بو پر بھاگ کر میرے ہاتھ توے سے جدا کئے'' یہ کہہ کر نازیہ نے اپنی ہتھیلیاں دکھائیں۔ جلنے کے زخم تو بھر چکے تھے لیکن جلد اپنی شکل تبدیل کر چکی تھی۔

تازہ واقعہ کے متعلق نازیہ نے بتایا: ''مجھے کچھ پتہ نہیں کہ میں نے کب الماری سے ریلوالور نکالا اور خود کو گولیاں مارلیں''

میں نے نازیہ پر جرح کا آغاز کرتے ہوئے کہا: ''آپ کو کسی اور نے تو گولیاں نہیں ماریں؟ آپ کے اپنے خاوند سے تعلقات کیسے ہیں؟ کہیں آپ اپنے خاوند کو بچانے کے لئے تو یہ نہیں کہہ رہیں کہ گولیاں آپ نے خود ماری ہیں؟ یہ کیسے ہوسکتا ہے کہ آپ نے خود کو تین گولیاں مارلیں؟''

میرے تابڑ توڑ سوالات جاری تھے، ساتھ ہی میں اس کی آنکھوں کی حرکات نوٹ کرتا رہا۔ یہ میرا پیشہ ورانہ رویہ ہے کہ ملزم، مدعی یا گواہ سے تفتیش کے دوران اس کی آنکھوں اور جسمانی حرکات وسکنات پر خصوصی توجہ مرتکز رکھتا ہوں۔ اچانک مجھے نازیہ کی آنکھوں میں عجیب سی چمک اُمڈتی محسوس ہوئی ساتھ ہی لگا جیسے اس کی نظریں بدل گئی ہیں اور اب اس کے بجائے کوئی اور شخص میرے سامنے بیٹھا ہے۔

وہ بستر پر لیٹی ہوئی تھی، میرے دیکھتے ہی دیکھتے اچانک جھٹکا لے کر کسی تختے کے مانند کھڑی ہوگئی۔ اب اس کی آواز بھی بدل گئی۔ پہلے وہ بڑے شائستہ لہجے میں بات کر رہی تھی اب اس نے انتہائی کرخت اور اکھڑے لہجے میں مجھ سے پوچھا: ''ایس ایچ او صاحب! آپ کی تفتیش ختم ہوتی ہے کہ نہیں؟ جب میں کہہ رہا ہوں کہ گولیاں میں نے خود ماری ہیں تو پھر آپ کو اس سے کیا؟''

یہ امر میرے لئے حیران کن تھا کہ ایک عورت جس کے پیٹ کی صرف تین دن پہلے سرجری ہوئی ہے، وہ جھٹکے سے اٹھ کر کھڑی ہوگئی اور اچانک اس کا طرزِ تکلم زنانہ سے مردانہ ہوگیا۔ میں نے سب انسپکٹر چودھری اسلام کی طرف دیکھا اس کا رنگ زرد پڑ چکا تھا۔ لیکن گھر والے اس صورتحال سے خوف زدہ نہیں تھے۔ اس کے شوہر اختر علی نے کہا: ''باباجی آگئے ہیں سب کلام مجید کا ورد شروع کردو''

یہ سن کر گھر کے سب لوگ زیرِ لب کچھ پڑھنے لگے۔ ادھر میں اور باباجی ایک دوسرے کی آنکھوں میں جھانک رہے تھے۔ سب انسپکٹر محمد اسلم نے میرے کان میں کہا: ''جناب! یہاں سے بھاگ چلیں یہ تو جنات کا معاملہ ہے۔ میں نے سنا ہے کہ جنوں کو تنگ کیا جائے تو وہ اصل انسان کو چھوڑ کر دوسرے کو چمٹ جاتے ہیں''

اس عورت نے میرے نائب کے یہ جملے سنے تو قہقہے لگانے لگی۔ ان قہقہوں کی آواز میں آج تک نہیں بھول سکا۔ وہ عجیب اور پُراسرار سے اور خوف پیدا کرنے والے قہقہے تھے۔ اب ہم دونوں نے آنکھوں ہی آنکھوں میں فیصلہ کیا کہ تفتیش مکمل ہوچکی لہٰذا یہاں سے نکل چلو۔ چنانچہ ہم وہاں سے اُٹھے۔ نازیہ کا خاوند ہمیں دروازے تک چھوڑنے آیا۔ کہنے لگا: ''اگر مزید پوچھ گوچھ کرنی ہو تو جب جی چاہے آئیں یہ آپ کا اپنا گھر ہے''

میں سیدھا تھانے پہنچا اور تفتیش کی روداد روزنامچے میں لکھی۔ اگلے دن طبی معائنے کی رپورٹ موصول ہوگئی۔ اس کے مطابق پستول پیٹ کے اوپر رکھ کر فائر کیے گئے تھے۔ گولیوں کے زخموں کے زاویے سے محسوس ہوتا تھا کہ مضروبہ نے خود اپنے آپ کو زخمی کیا ہے، کسی اور نے نہیں۔

میری تفتیش مکمل ہوچکی تھی، یہی کہ مضروبہ نے جنون کے عالم میں ہوش و حواس سے بیگانہ ہوکر خود کو گولیاں مارلیں، اس کی نیت خودکشی کرنے کی نہیں تھی۔ اس کے بعد میں نے سب انسپکٹر کو بلا کر چھیڑا: ''چودھری صاحب! آؤ ذرا مضروبہ کا بیان تو جا کر مکمل کرلیں''

یہ سن کر محمد اسلام کا رنگ دوبارہ پیلا پڑ گیا۔ بولا: ''جناب! ڈاکوؤں اور لٹیروں کی گرفتاری کے لئے ساتھ لے چلیں، اشتہاریوں کی گرفتاری کے سلسلے میں پولیس مقابلہ کرنے کو تیار ہوں لیکن خدارا اس آسیب زدہ گھر میں مجھے مت بھیجیں، میرے چھوٹے چھوٹے بچے ہیں، آسیب اسے چھوڑ کر مجھے پکڑ لے گا''

میں نے قہقہہ لگا کر تفتیش کی مکمل رپورٹ اس کے آگے رکھ دی اور بتایا کہ یہ مقدمہ داخلِ دفتر کیا جارہا ہے۔ اس طرح خودکشی کا مقدمہ تو حل ہوگیا لیکن میں آج تک اس واقعے کو نہیں بھلا سکا اور یہ ہی یہ سمجھ میں آیا کہ اگر اس عورت پر آسیب نہیں تھا تو پھر اس کے ناقابلِ فہم رویے کے پیچھے محرکات کیا تھے؟ فطرت کے ایسے کئی سربستہ راز ہیں جنہیں ہم ابھی تک سمجھ نہیں سکے (آفتاب احمد)

قارئین!

آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا ناقابلِ فراموش کے عنوان سے کوئی واقعہ، کوئی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو تو حوالہ جات کے ساتھ لاہور کے پتے پر ضرور ارسال کریں۔ یہ آپ کا صدقہ جاریہ ہوگا۔

اہم اعلان

انشاء اللہ ماہ جنوری ۲۰۰۷ء میں ادارہ ماہنامہ ''عبقری'' کا خاص نمبر

''کالی دنیا کالا جادو اور وظائف اولیاء نمبر''

شائع کرے گا۔ چشم کشا اور ہوشربا انکشافات سے مزین۔ ہزاروں لاکھوں دکھی اور جادو زدہ لوگوں کے لئے پیامِ صحت و شفا۔ ابھی سے اپنی کاپی محفوظ کرائیں۔ ادارے سے رابطہ کریں یا پھر قریبی ہاکر کو متوجہ کریں۔ قارئین اپنی تحریریں تحقیق تجربات و مشاہدات ارسال کریں۔ (ادارہ)

انتہائی غور طلب

کراچی سے ماہنامہ ''عبقری'' کے دفتر کو مستقل بنیادوں پر مرکزِ روحانیت وامن لاہور میں منتقل کردیا گیا ہے لہٰذا آئندہ ہر قسم کے رابطے، منی آرڈر، سرکیولیشن، مضامین اور خط و کتابت کیلئے لاہور کا پتہ استعمال کریں۔ (ادارہ)

تین چیزیں محبت کو بڑھاتی ہیں مخاطب کو بہترین نام سے مخاطب کرنا، مخاطب کو سلام کرنا، مجلس میں دوسروں کیلئے جگہ خالی کرنا

ایئر کنڈیشنر اور صحت

ایئر کنڈیشنر قیامت خیز گرمی کی اذیت سے محفوظ رکھتا ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ یہ بہت سی اقسام کی الرجیوں کی وجہ ہے

ازھر منیر

ایسی اشیاء جو ایک زمانے میں عیاشی اور اسراف خیال کی جاتی تھیں۔ایک وقت آتا ہے۔جب وہ لازم اور ضرورت بن جاتی ہیں۔جن کے بغیر زندگی گزارنے کا تصور بھی نہیں کیا جاسکتا ہے۔ایسی ہی ایک چیز ایئر کنڈیشنر ہے جسے ایک زمانے میں عیاشی اور سٹیٹس کا نشان سمجھا جاتا تھا مگر اب یہ نہ صرف ضروریات زندگی میں شامل ہو چکا ہے بلکہ جو لوگ اس کے عادی ہو چکے ہیں موسم گرما میں وہ اس کے بغیر زندگی گزارنے کا تصور بھی نہیں کرسکتے۔ان کے نزدیک زندہ رہنے کے لئے ایئر کنڈیشنر اسی طرح ضروری ہے جس طرح خوراک ،لباس ،اور رہائش۔

بات یہ ہے کہ ہیٹر اور ایئر کنڈیشنر ایسی چیزیں ہیں جن کی مدد سے آپ موسم کی سختیوں سے بے نیاز ہو جاتے ہیں۔اور اپنے گھر یا دفتر کے اندر اپنی مرضی اور پسند کا موسم تخلیق کر لیتے ہیں ہیٹر جہاں آپ کو قیامت خیز سردی سے محفوظ رکھتا ہے وہاں ان دنوں جب باہر چلچلاتی دھوپ اور جھلسا دینے والی گرمی پڑ رہی ہو اور درجہ حرارت ۴۰ یا ۵۰ حتی کہ ۶۰ ڈگری سنٹی گریڈ تک ہی کیوں نہ پہنچ گیا ہو۔ان دنوں بھی آپ موسم کی شدت اور سختی سے بے نیاز ہو کر ٹھنڈک اور خنکی سے لطف اندوز ہو سکتے ہیں۔اور ایسا ایئر کنڈیشنر کی مدد سے ممکن ہے۔

لیکن ایئر کنڈیشنر کا فقط یہی ایک فائدہ نہیں ہے جبکہ اس کی بدولت آپ گرمی سے بچ جاتے ہیں۔حقیقتاً اس کے کچھ اور فوائد بھی ہیں۔بات یہ ہے کہ موسم کی سختی اور شدت کا صرف یہی نقصان نہیں کہ اس کی وجہ سے آپ تکلیف محسوس کرتے ہیں اور بے آرام ہوتے ہیں۔یقیناً موسم کی سختی کا یہ نقصان ہے لیکن اس کے علاوہ بھی اس کے بہت سے نقصانات ہیں۔ایک بڑا نقصان یہ ہے کہ اس چیز کا انسان کی کارکردگی اور کام کرنے کی صلاحیت پر اثر پڑتا ہے۔سیدھی سی بات ہے جب آپ کسی تکلیف میں مبتلا ہوں اس کی وجہ سے آپ کا ذہن ڈسٹرب ہو اور ''چوٹی سے لے کر ایڑی تک پسینہ بہہ رہا ہو'' تو یقیناً آپ جھنجلاہٹ میں مبتلا ہو جائیں گے ایسے میں آپ کام کیطرف توجہ دیں گے یا جھنجلاہٹ اور پریشانی سے لڑیں گے۔یوں موسم کی شدت آپ کے کام کرنے کی صلاحیت پر اثر انداز ہوتی ہے۔اور آپ کی کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ایئر کنڈیشنر اس قیامت خیز گرمی کی اذیت سے محفوظ رکھ کر آپ کو کام کرنے کے قابل بناتا ہے۔پھر جس کمرے میں ایئر کنڈیشنڈ لگایا جاتا ہے۔اسکی کھڑکیاں دروازے وغیرہ بند کر دیئے جاتے ہیں۔جس سے گرد اندر نہیں آپاتی۔اس کے علاوہ یہ کمرے کی گرد کو بھی اپنے اندر کھینچ لیتا ہے۔جبکہ کمرے میں موجود گندی ہوا ایگزاسٹ کے ذریعے باہر نکلتی رہتی ہے۔یوں اے سی درج بالا فوائد کے علاوہ آپ کو گرد وغبار سے بھی بچاتا ہے۔

لیکن ایئر کنڈیشنر کے یہ فوائد ہیں وہاں اس کے نقصانات بھی ہیں۔سب سے بڑا نقصان تو یہ ہے کہ آپ اس کے عادی ہو جاتے ہیں۔ایئر کنڈیشنڈ کمرے کی خنک فضا میں رہتے رہتے آپ میں گرمی کے خلاف قوت مدافعت کم یا سرے سے ختم ہو جاتی ہے۔جس کے نتیجے میں آپ گرم فضا میں رہنے کے قابل بھی نہیں رہتے۔چنانچہ جب آپ کو اپنے ایئر کنڈیشنڈ گھر یا دفتر سے باہر جانا پڑتا ہے یا جب اچانک بجلی چلی جاتی ہے۔تو آپ کے لئے بے حد مشکل ہو جاتی ہے۔اور آپ کو کسی ایسے شخص کے مقابلے میں جو ایئر کنڈیشنر کا عادی نہ ہو،زیادہ تکلیف اور اذیت برداشت کرنی پڑتی ہے۔

صحت کے حوالے سے بھی اس کے بہت سے نقصانات ہیں بہت سی اقسام کی الرجیوں کی وجہ ایئر کنڈیشنر ہے۔اس کے علاوہ آپ باہر کی گرم ماحول میں جاتے ہیں۔درجہ حرارت کی یہ اچانک تبدیلی آپ کی صحت پر بے حد نقصان دہ اثرات مرتب کرتی ہے جو نزلہ زکام کی صورت میں سامنے آتے ہیں جبکہ بعد میں یہی نزلہ زکام بگڑ کر گلے کی مستقل خرابی بن جاتا ہے۔

علاوہ ازیں فریج اور فریزر کی طرح ایئر کنڈیشنر میں بھی سی ایف سی اور امونیا گیسیں استعمال ہوتی ہیں یہ گیسیں جب فضا میں شامل ہوتی ہیں۔تو آلودگی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔اور اگر کبھی امونیا یک دم لیک ہونا شروع ہو جائے تو کمرے میں موجود لوگ بے ہوش بھی ہو سکتے ہیں۔اس کے علاوہ سی ایف سی گیس کا اس قدر استعمال خلائی سطح کو نقصان بھی پہنچا رہا ہے۔جس کے نتیجے میں سورج کی کرنیں چھن کر آنے کے بجائے براہ راست زمین تک پہنچتی ہیں۔جس سے ماحول اور صحت کے مسائل پیدا ہو جاتے ہیں۔

اس کے علاوہ ایک دلچسپ بات یہ ہے کہ ایئر کنڈیشنر جہاں سردی اور خنکی پہنچاتے ہیں وہاں دوسری طرف وہ گرمی میں اضافے کا سبب بھی بنتے ہیں وہ اس طرح کے ان کی بدولت وہ کمرے اور مکان تو ٹھنڈے رہتے ہیں جن میں یہ لگے ہوتے ہیں لیکن ان سے خارج ہونے والی گرم ہوا ماحول اور فضا کو مزید گرم کرتی ہے یوں جس علاقے میں جتنے زیادہ ایئر کنڈیشنر استعمال ہو رہے ہونگے وہاں موسم اسی قدر زیادہ گرم ہوتا جائے گا۔جس سے اے سی استعمال کرنے والے لوگ تو محفوظ رہتے ہیں مگر دوسرے لوگوں کی جان پر بن آتی ہے۔یہ وہ بالواسطہ قیمت ہے جو انہیں اس لئے ادا کرنی پڑتی ہے کہ ان کے پڑوسی اے سی استعمال کر رہے ہوتے ہیں۔

پھر وہ لوگ جو مستقل طور پر ایئر کنڈیشنڈ کمروں میں رہتے ہیں انہیں پسینہ بہت کم آتا ہے یا سرے سے آتا ہی نہیں یہ صورت حال بہت سی بیماریوں کا پیش خیمہ ثابت ہو سکتی ہے۔انسان کے لئے پسینہ آنا بہت ضروری ہے۔تاکہ جسم سے زہریلے مادے خارج ہوتے رہیں چنانچہ سرد ممالک میں جہاں ویسے تو پسینہ آنے کا کوئی امکان یا صورت نہیں ہوتی ایسے خصوصی کمرے بنائے گئے ہوتے ہیں جہاں جاکر لوگ بھاپ کے ذریعہ پسینہ لاتے ہیں ہمارے ملک میں اس مقصد کے لئے اس طرح کا تردد کرنے کی ضرورت نہیں اس لئے کہ موسم اس قدر گرم ہے کہ انسان کو خود بخود پسینہ آجاتا ہے لیکن جو لوگ ایئر کنڈیشنر ماحول میں رہتے ہیں۔ان کے ساتھ ایسا نہیں ہو پاتا۔چنانچہ اے سی کا ایک نقصان یہ بھی ہے، ایئر کنڈیشنر کے صحت اور اقتصادیات کے علاوہ کچھ سماجی پہلو بھی ہیں۔گھر میں اے سی آنے سے پہلے خواتین کا معمول یہ تھا کہ فارغ وقت میں وہ محلے داروں یا عزیزوں رشتہ داروں کے ہاں چلی جاتیں تھیں۔وہاں ان کے مسائل سنتیں ،اپنی مشکلات بیان کرتیں اور یوں ایک دوسرے کے دکھ سکھ میں شریک ہوتیں لیکن اب اے سی لگ جانے کے بعد کمرے کی خنک فضا سے باہر نکلنا عذاب لگتا ہے۔چنانچہ رشتہ داروں اور محلے والوں سے ملنا جلنا کم ہو جاتا ہے۔یا صرف ایسے عزیزوں کے ہاں چکر لگتا ہے جن کے ہاں اے سی لگا ہو۔یوں رشتہ داریاں اور تعلقات بھی ایئر کنڈیشنر کے حوالے سے قائم ہونے اور ٹوٹنے لگتے ہیں

جو گرمیوں کا موسم گزر جانے کے بعد بھی اسی طرح قائم یا ٹوٹے ہوئے رہتے ہیں۔اسی طرح موسم گرمی کی چھٹیوں کے دوران بچوں کے ننھیال یا گاؤں میں رشتہ داروں کے ہاں جانے کا معمول ہے۔لیکن جب اے سی لگتا ہے تو اس معمول میں بھی فرق آجاتا ہے بچے اب پہلے کی طرح ننھیال جانے کے شائق نہیں رہتے کیونکہ ''نانی کے ہاں اے سی نہیں ہے'' اور گرمی اب برداشت نہیں ہوتی ۔یوں ایئر کنڈیشنر صرف ٹھنڈک ہی نہیں پہنچاتا یا خریدنے والے کے گھر کے بجٹ ہی کو متاثر نہیں کرتا بلکہ پورے سماجی ڈھانچے اور سوشل لائف کو بھی بدل کر رکھ دیتا ہے۔ اے سی کے حوالے سے ایک مشکل ان دفاتر میں پیش آتی ہے جو سینٹرلی ایئر کنڈیشنڈ ہوتے ہیں یعنی پورا دفتر ایک سا سرد اور خنک ہوتا ہے لیکن یہاں کام کرنے والے لوگوں کی طبیعتوں ،مزاج اور گرمی سردی کا مقابلہ کرنے کی ان کی صلاحیت میں فرق ہوتا ہے۔سب لوگوں کو ایک سی گرمی نہیں لگتی پھر اگر کسی روز کسی کی طبیعت خراب ہو مثلاً بخار زکام وغیرہ ہوا اور اس لئے دفتر سے چھٹی کرنا بھی ممکن نہ ہو تو ایسے کارکن کے لئے بہت مصیبت ہو جاتی ہے۔ظاہر ہے دفتر کے ایک دو ملازموں کی خاطر اے سی بند کر کے پورے دفتر کو تکلیف میں مبتلا نہیں کیا جاسکتا چنانچہ اس روز جہاں دوسرے لوگ خنک ماحول میں مزے سے کام کر رہے ہوتے ہیں وہاں یہ لوگ بہت بڑے عذاب سے گزر رہے ہوتے ہیں۔

دیدارِ رسول ﷺ کیلئے آزمودہ درود اور وظائف

جناب ع-م صاحب

حضرت علامہ سخاوی رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی کتاب قول بدیع میں خود رسول اکرم ﷺ کا ایک ارشادِ مبارک نقل کیا کہ من صلی علی روح محمد فی الارواح وعلیٰ جسده فی الاجساد وعلیٰ قبره فی القبور جو شخص روح محمد ﷺ پر ارواح میں آپ ﷺ کے جسد اطہر پر بدنوں میں اور آپ ﷺ کی قبر مبارک پر قبروں میں درود بھیجے گا. وہ مجھے خواب میں دیکھے گا. اور جو مجھے خواب میں دیکھے گا میں اُس کی سفارش کروں گا اور وہ میرے حوض کوثر سے پانی پیئے گا اور اللہ تعالیٰ اس کے بدن کو جہنم پر حرام فرما دیں گے (سعادت الدارین) (خزینہ رحمت) (کشف الغمہ) (افضل الصلوٰۃ)

حضرت سیّدنا عبدالقادر جیلانی قدس سرہ العزیز فرماتے ہیں کہ جو شخص اس درود پاک کو روزانہ یکصد (۱۰۰) بار بلاناغہ پڑھا کرے تو اُس کو حرز یمانی اور چہل اسماءِ عظام کے خواص وفضائل حاصل ہوں گے اگر شب جمعۃ المبارک میں ایک ہزار بار پڑھے گا تو خواب میں جمال جہاں آرا سیّد دو عالم ﷺ سے مشرف ہوگا درود پاک یہ ہے

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی رُوْحِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَ رْوَاحِ وَعَلٰی جَسَدِہٖ فِی الْاَ جْسَادِ وَ عَلٰی قَبْرِہٖ فِی الْقُبُوْرِ .

شفاء القلوب بالصلوٰۃ علی المحبوب ؑ' میں لکھا ہے کہ وقتِ تہجد دو رکعت نماز نفل بہ نیت ایصال ثواب حضرت سرور کائنات فخر موجودات ﷺ پڑھے اس کے بعد ستر بار درود پاک پڑھے اور حق تعالیٰ سے زیارت طلب کرے بطفیل محمد ﷺ محروم نہیں رہے گا. درود یہ ہے

۔اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی رُوْحِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَ رْوَاحِ وَعَلٰی جَسَدِہٖ فِی الْاَجْسَادِ وَعَلٰی قَبْرِہٖ فِی الْقُبُوْرِ ۔ (کتاب الدر المنظم فی مولد المعظم از علامہ بستی)

حضرت سخاوی رحمۃ اللہ علیہ نے ''دُرِّ منظم'' سے نقل کیا ہے اور حضرت سیدی وسندی وشیخی قبلہ گاہی جناب کلیم الٰہی قدس سرہ نے بھی اپنے وظیفہ کے رسالہ میں لکھا ہے کہ یہ درود شریف کثرت سے پڑھنے والے کو حضور نبی کریم ﷺ خواب میں اپنا دیدار مرحمت فرماتے ہیں ۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی رُوْحِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَعَلٰی جَسَدِہٖ فِی الْاَجْسَادِ وَقَبْرِہٖ فِی الْقُبُوْرِ.

(کمالاتِ عزیزی) (جزب القلوب الی دیار المحبوب ؑ)

شیخ عبد الحق محدث دہلوی رحمت اللہ علیہ ''ترغیب اہل السعادات'' میں لکھتے ہیں کہ جو کوئی اِس دُعا کو سوتے وقت پڑھ کر سوئے گا آنحضرت ﷺ فرماتے ہیں وہ مجھ کو خواب میں دیکھے گا دُعا یہ ہے ۔

اَللّٰھُمَّ رَبَّ الْبَیْتِ الْحَلَالِ وَالْحَرَامِ وَالرُّکْنِ وَالْمَقَامِ اِقْرَأْ عَلٰی رُوْحِ مُحَمَّدٍ مِنِّیْ السَّلَامَ اَللّٰھُمَّ اَنِّسْ وَحْشَتِیْ وَصِلْ وَحْدَتِیْ وَارْحَمْ غُرْبَتِیْ وَارْزُقْنِیْ جَلِیْساً صَالِحاً بِرَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرَّحِمِیْنَ.

اگر پڑھتے پڑھتے سو جائے تو زیادہ بہتر ہے. نشر الطیب فی ذکر النبی الخطیب'' میں حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ شیخ عبد الحق محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ رات کو سوتے وقت اس درود شریف کو چند بار پڑھ لینے سے نبی اکرم ﷺ کی خواب میں زیارت نصیب ہوگی. مگر بڑی شرط اس دولت کے حصول میں قلب کا شوق سے پُر ہونا اور ظاہری و باطنی معصیتوں سے بچنا ہے وہ درود پاک یہ ہے

اَللّٰھُمَّ رَبَّ الْحِلِّ و الْحَرَامِ رَبَّ الْبَیْتِ الْحَرَامِ وَرَبَّ الرُّکْنِ وَالْمُقَامِ اَبْلِغْ لِرُوْحِ سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ مِّنَّا السَّلام

(جواہر خمسہ) (تعویزات وعملیات صوفیہ) (تحفہ قلندری یعنی خزینہ العملیات)

''خزینہ عملیات'' میں حافظ صوفی محمد عزیز الرحمٰن پانی پتی لکھتے ہیں کہ حضرت ثوبانؓ سے منقول ہے جو حضور اکرم ﷺ کے غلام تھے کہ آنحضرت ﷺ نے فرمایا کہ جو شخص سوتے وقت یہ کلمات پڑھے وہ مجھ کو خواب میں دیکھے

اَللّٰھُمَّ رَبَّ الْبَیْتِ الْحَرَامِ وَاشَھْرِ الْحَرَامِ وَالرُّکْنِ وَالْمُقَامِ اِقْرَآءِ رُوْحِ مُحَمَّدٍ مِنِّیْ السَّلام

یہ عمل بدھ کی شب سے شروع کرے کپڑے جگہ اور بستر پاک ہو تو بہت جلد کامیابی ہوگی.

(سفیر حرم) (فلاح دارین) (عملیات شرافت از سید شریف احمد شرافت) (طب النعیم)

''مجموعہ اعمال وفا'' میں خاصیت اسم یازدہم کے بارے میں لکھا ہے کہ یہ اسم جمالی ہے دینی اور دنیاوی حاجات کے پورا ہونے کے لئے ہر روز سات ہزار بار سات دن تک پڑھے اور اگر اس اسم کے پڑھنے کے بعد سورۃ ''اذاجاء'' کا دس بار اضافہ کرے تو حضور سرورِ عالم ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوگا اسم مبارک یہ ہے

یَا کَبِیْرُاَ نْتَ اللّٰہُ الَّذِی لَا تَھْتَدِیُ الْعُقُوْلُ لِوَصْفِ عَظْمَتِہٖ

حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ چھ رکعت نماز نفل بدون سلام پڑھے رکعت اوّل میں سورۃ فاتحہ ایک بار اور سورۃ شمس سات بار دوسری رکعت میں فاتحہ ایک بار اور سورۃ وَالّیل سات بار تیسری رکعت میں سورۃ فاتحہ ایک بار اور سورۃ وَالضحیٰ سات بار، اور چوتھی رکعت میں سورۃ فاتحہ ایک بار اور سورۃ الم نشرح سات بار، پانچویں رکعت میں سورۃ فاتحہ ایک بار اور سورۃ والتین سات بار، چھٹی رکعت میں فاتحہ ایک بار اور سورۃ اِنّا انزلنا سات بار پڑھے اور دعا کرکے سو رہے انشاء اللہ زیارت رسول ﷺ سے مشرف ہوگا (اصلی بیاض محمدی از شیخ محمدؒ محدث تھانوی)

حضرت امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ ''احیاء العلوم'' میں حضرت امام مری رحمۃ اللہ علیہ سے روایت کرتے ہیں کہ جس شخص نے ہر روز (دن و رات) پانچ سو مرتبہ درج ذیل صلوٰۃ وسلام پڑھا وہ مرنے سے پہلے حضور اقدس ﷺ کو عالمِ بیداری میں ضرور دیکھے گا.

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا محمد عبدکَ و نبیکَ وَرسولکَ النبی الامی و علیٰ آلہٖ وصحبہٖ وَسَلم (ذخائر محمدیہ از ڈاکٹر محمد علوی)

مجرب تعویزات وعملیات'' میں مولانا محمد فیض احمد لکھتے ہیں کہ زیارتِ رسول ﷺ کے لئے بعد نماز عشاء ننگے سر قبلہ رو کھڑے ہو کر ہزار مرتبہ ''یَا رَبُّ'' اس کے بعد دو سو چالیس مرتبہ ''یَا وَھَّابُ ھب لی ملک عِشْقِکَ'' اس کے بعد درود شریف

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی الِ سَیِّدِنَا مُحَمَّد عبدکَ و نبیکَ و رسولکَ النبی الامی وعلیٰ آلِہٖ و اصحابِہٖ اَجْمَعِیْن پڑھے. چند روز تک دیارِ محبوب ﷺ کا تصور کرکے ورد رکھے انشاء اللہ عالمِ خواب یا عالم بیداری میں آپ ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوگا.

(مزید درود اور وظائف آئندہ شمارے میں پڑھیں)

آم اور جامن

حکیم
عبدالماجد

تمام پھلوں کا سردار آم ہے، جامن معدے کوقوت دیتا ہے، بھوک کو بڑھاتا ہے، بڑھی ہوئی حرارت کوتسکین دیتا ہے

یہ دونوں پھل برسات میں ایک ساتھ کیوں آتے ہیں؟ خالقِ کائنات نے اپنے بندے کیلئے بے پناہ نعمتیں پیدا فرمائی ہیں جن میں پھل پھول بھی شامل ہیں۔ جن علاقوں میں جس پھل کی ضرورت ہوتی ہے ان میں وہی پھل اور پھول پیدا ہوتے ہیں۔ اور گواہی دیتے ہیں کہ خالق کومخلوق سے کتنا پیار ہے اور کتنا خیال ہے

ہمارے ہاں برسات کا موسم دوسری نعمتوں کے ساتھ دو اہم پھل آم اور جامن لے کر آتا ہے۔ سائنسی تحقیق نے ثابت کیا ہے کہ دونوں پھل برسات میں ہمارے لیئے دو اہم تحفے ہیں ان میں دو ایسے اجزاء ہوتے ہیں جو برسات کے دنوں میں ہمارے لیے بہت ضروری ہیں۔ آم اور جامن برسات میں ساتھ ساتھ آتے ہیں تو اس کا بھی کوئی مقصد ہے آم کھا کر ہم توانائی حاصل کرتے ہیں اور اس سے ہمارا خون بڑھتا ہے لیکن ان کی گرمی سے جگر پر جو اثر ہوتا ہے ان کا علاج جامن میں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ دونوں پھل ایک دوسرے کے بعد آتے ہیں، تاکہ ہم آم کھا کر توانائی حاصل کریں اور جامن کھا کر جگر کی اصلاح کریں۔ لیکن ان دونوں پھلوں کے اور بھی بہت سارے فائدے ہیں۔

آم کھانے والوں کیلئے جگر کی اصلاح بھی ضروری ہوتی ہے اور قدرت اس کا بندوبست جامن کی شکل میں کرتی ہے

پاک و ہند کے تمام پھلوں کا سردارا آم ہے اب اس کی سینکڑوں اقسام آگئی ہیں۔ یہ پھل اپنی خوشبو اور لذت کی بدولت خاص اہمیت کا حامل ہے چونکہ قدرت نے اسے زیادہ گودہ دیا ہے اس لئے یہ ذرا دیر سے ہضم ہوتا ہے، پکا ہوا آم خون پیدا کرنے میں بے مثال ہے۔

معدہ، جگر، گردہ مثانہ، اعصاب اور آنتوں کو خاص طور سے بے پناہ قوت بخشتا ہے، پختہ آم چونکہ تاثیر میں گرم ہوتا ہے اس لئے اسے ٹھنڈا کر کے کھانا لازم ہے اور اگر پھر بھی بدن میں گرمی محسوس ہو تو دودھ کی کچی لسی پینا اس کی گرمی کے اثر کو کم کردیتا ہے۔

آم لُو کی شدت کا تریاق ہے لیکن اس کیلئے پختہ نہیں نیم پختہ آم کی ضرورت ہوتی ہے طریقہ یہ ہے۔ نیم پختہ آم کو راکھ میں دبا دیں جب وہ بھلبھلا جائے تو اس کا رس نچوڑ لیں اور اس رس میں کوئی سا فرحت بخش عرق مثلاً عرقِ بید مشک، عرقِ کیوڑہ ڈال کر برف سے ٹھنڈا کر کے لوزدہ شخص کو پلایا جائے تو وہ بھلا چنگا ہوجاتا ہے۔ قدرت نے کچے آم میں درج ذیل ترکیبی تناسب رکھا ہے۔

پانی	-	۹۰ فیصد
نشاستہ دار اشیاء	-	۸٫۸ فیصد
فولاد	-	۵٫۴ فیصد
لحمی اجزاء	-	۷٫ فیصد
چکنائی	-	۱٫ فیصد
معدنی نمک	-	۱٫ فیصد
چونا	-	۱٫ فیصد
فاسفورس	-	۲٫ فیصد

کچے آم میں حیاتین الف ۴۴ فیصد حیاتین ج ۲ فیصد، اور گیارہ حرارے بھی موجود ہوتے ہیں غذائی اعتبار سے اس کے دیگر فوائد اسکواش، مربے کی چٹنی، اور اچار وغیرہ کی صورت میں بھی حصل کئے جاسکتے ہیں۔ جو کہ تحریر ہیں۔

آم کا شربت بہت مقوی اور فرحت بخش شربت ہے، لذیذ بھی ہے اور بدن کو قوت بھی بخشتا ہے۔ اور تیار کرنے میں بھی آسان ہے۔ ترکیب: عمدہ میٹھے آموں کا گودا ایک کلو، چینی باریک کی ہوئی ایک کلو، پانی مقطر تقریباً تین کلو۔

آم کے گودے کو کسی اسٹین لیس اسٹیل کی دیگچی میں ڈال کر چولہے پر چڑہائیں بعد ازاں اسے نیچے اتار کر ہاتھوں سے خوب ملیں اور چھان لیں اسکے بعد ایک دیگچی میں ایک سیر چینی اور پانی ڈال کر اس کا شربت بنالیں جب قوام تیار ہو جائے تو آم کے گودے والا پانی بھی اس میں ڈال دیں اور پندرہ بیس منٹ کے بعد اتار لیں شربت تیار ہے۔ دو تولہ شربت آم ایک گلاس پانی میں ڈال کر دیں مزہ آجائے گا۔

آم کھانے والوں کیلئے جگر کی اصلاح بھی ضروری ہوتی ہے اور قدرت اس کا بندوبست جامن کی شکل میں کرتی ہے جامن مشہور درخت ہے اور اس کا پھل بھی جامن کے نام سے ہی مشہور ہے، اس کی گٹھلیوں کا مغز بطور دوا استعمال ہوتا ہے۔ جامن معدے کوقوت دیتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے، بڑھی ہوئی حرارت کوتسکین دیتا ہے اور جگر کو قوت دیتا ہے۔

جامن کے کیمیائی تجزیے سے معلوم ہوا ہے کہ اس میں جامو لین نام کا ایک گلوکوسائیڈ گیلک ایسڈ رال وغیرہ پائے جاتے ہیں اور درخت جامن کے چھال میں ٹے نین پائی جاتی ہے۔ شوگر کے مرض میں مبتلا اشخاص اس کے ہم وزن کریلے کے خشک چھلکے نمک سیاہ حسب ذائقہ ملا کر ذیابیطس کی دوا کے طور پر استعمال کر سکتے ہیں اگر کسی کو قے یا دست کا عارضہ ہو جائے تو ایک شربت کی ترکیب تحریر کر رہا ہوں اس سے پیٹ کا درد اور تکلیف بھی دور ہوجاتی ہے۔

اجزاء پختہ جامن کا پانی ٦ چھٹانک، چینی ۱۲ چھٹانک، عرقِ گلاب ٦ چھٹانک، جامن کا پانی اور عرقِ گلاب ملا کر چینی ڈال کر آگ پر رکھیں اور ہلکی ہلکی آنچ دیکر قوام تیار کر لیں لیکن قوام زیادہ گاڑھا نہ کریں ذرا پتلا ہی بہتر ہے اور یہی شربتِ جامن ہے۔ خود بھی پیئیں اور دوستوں کو بھی پلائیں اور شکر ادا کریں اس ذات، کبریا کا کہ جس نے برسات کے دو اہم پھل عطا کئے۔

جامن کھانے والوں کو محتاط رہنا س چاہئے کہ خالی پیٹ جامن نہ کھائیں ورنہ صفراء میں ہیجان پیدا ہو کر کسی صورت بھی نقصان ہوسکتا ہے۔ جامن کا پختہ پھل بھی زیادہ مقدار میں نہیں استعمال کرنا چاہئے اس کا کثرت سے استعمال پھیپھڑوں کو نقصان دیکر سل تک بھی لے جا سکتا ہے۔ بقول اطبائے کرام جامن مقوی معدہ وجگر ہے، بھوک بڑہانے والا حرارت کو مٹانے والا، جوشِ خون کو کم کرنے والا حبس الدم اور ذیابیطس کے مریضوں کو نفع دیتا ہے۔

بھوک کو بڑہانے کیلئے گرم مزاجوں کے واسطے رب جامن مفید ہے جو ان کی معدے اور جگر کی تقویت بھی کرتا ہے۔ خون کی بڑہی ہوئی گرمی اور صفراوی مادے کی زیادتی کے سبب جو دست آجاتے ہیں، ان پر قابو پانے کیلئے جامن کا گودا خستہ جامن کی گٹھلی اور پتے رات بھر بھگو کر صبح نتھرا ہوا اس کا حاصل پانی پینا مفید ہے۔

جامن کی چھال ابال کر اس سے حاصل شدہ پانی (جوشاندہ) کے ساتھ کلی کرنا دانتوں کو مضبوط کرتا ہے۔ نیز درخت جامن کی لکڑی کو جلا کر اور پیس کر دانتوں اور مسوڑھوں پر نرم انگلی سے ملنا ہلتے ہوئے دانتوں کو جماتا ہے، اور مسوڑھوں سے بہتے ہوئے خون کو روکتا ہے۔

آم وغیرہ زیادہ کھانے سے جو پھوڑا پھنسی نکلتے ہیں اگر جامن کا استعمال کیا جائے تو پھوڑا پھنسیاں نکلنا بند ہو جاتی ہیں۔ مریضان ذیابیطس کیلئے نسخہ لکھ رہا ہوں، آزمایئے اور دعائیں دیجئے، اس میں افیون سفوف کر کے ملا دیں، تمام سفوف کی چوسٹھ پڑیاں بنائیں ایک ایک پڑیا صبح شام پانی سے کھائیں۔ مریضانِ ذیابیطس کیلئے تحفہ ہے۔

اللہ تعالیٰ کو عاجزی اور انکساری کرنے والا پسند ہے لیکن جو دولت کے ہوتے ہوئے عاجزی اور انکساری کرے وہ زیادہ پسند ہے

اسم اعظم کے متلاشی اور تحیر و اسرار میں لپٹے انکشافات!!!

ہر شخص اسم اعظم کا متلاشی ہے کہ کوئی ایسا لفظ جو "ماسٹر کی" کی طرح ہو کہ ہر مشکل ہر پریشانی اور ہر ایمرجنسی کے وقت پڑھیں اور اسی وقت مسئلہ حل ہو جائے۔ جنگلوں، صحراؤں اور پہاڑوں کی غاروں میں چلے اور وظائف کرنے والوں کے سچے تجربات، محدثین کے مشاہدات اور اولیاء کے کرشمات اسم اعظم کے بارے میں ملاحظہ فرمائیں

اسم اعظم (۳)

گناہ چھوڑ دینا اسم اعظم ہے

حضرت علی رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ گناہ چھوڑ دینا بھی اسم اعظم کی حیثیت رکھتا ہے۔ (الکنز الاعظم)

فائدہ:۔ گناہ چھوڑ دینے کو اسم اعظم قرار دینا اس وجہ سے ہے کہ اس حالت میں انسان گناہوں سے محفوظ ہو کر اللہ تعالیٰ کا مقبول ہو جاتا ہے۔ اور جب وہ اللہ تعالیٰ کا مقبول ہوا تو وہ جو دعا کرے مقبول ہوگی۔

اسم اعظم کے ساتھ دعا کرنے کا مطلب:

اس اسم اعظم کے ذریعے سے دعا کے قبول ہونے کا مطلب یہ ہے کہ جو مانگا جائے بعینہ وہی عطا کیا جاتا ہے بخلاف دوسری چیزوں کے ساتھ دعا کرنے کے ان سے دعا مانگنے والے کو تین چیزوں میں سے کوئی ایک چیز عطا کی جاتی ہے۔ (۱) مانگی ہوئی چیز دنیا میں عطا کی جاتی ہے (۲) یا وہ دعا آخرت کیلئے مؤخر کر دی جاتی ہے جس کا وہاں بڑا انعام ملے گا۔ (۳) یا دعا کا اچھا عوض دیا جاتا ہے۔ (مثلاً دکھ وغیرہ ٹل جاتا ہے یا کوئی اور چیز دی جاتی ہے جو بندہ کیلئے اس کی دعا سے بھی ضروری اور قیمتی ہو۔

اسم اعظم کے ساتھ بھی دعا قبول کیوں نہیں ہوتی:

سوال:۔ اگر یہ سوال کیا جائے کہ اسم اعظم کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا ہے مگر پھر بھی اس کی دعا قبول نہیں ہوتی حالانکہ اسم اعظم کا معنی یہ ہے کہ اگر اس کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی جائے تو قبول ہو جاتی ہے۔

جواب:۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ ہم قطعی طور پر یہ نہیں کہہ سکتے کہ اسم اعظم یہی ہے جس کے ساتھ دعا کی جا رہی ہے کیونکہ اس کے مختلف الفاظ کو اسم اعظم قرار دیا گیا ہے۔ مختلف الفاظ بڑے بڑے اکابرین سے منقول ہیں اور مختلف الفاظ کو اسم اعظم قرار دیا گیا ہے۔ جب دعا مانگنے والے کیلئے عین اسم اعظم کا تعین نہ ہوا تو وہ اجابت دعا کا یقین کیسے کرے گا۔

سوال:۔ اگر یہ کہا جائے کہ اگر انسان اپنی دعا میں اسم اعظم کے سب الفاظ جمع کر لے پھر بھی تو بہت دفعہ اس کی دعا قبول نہیں ہوتی۔

جواب:۔ یہ ہے کہ کوئی شخص جتنے اسماء عظمی جمع کر لے تب بھی وہ یہ دعویٰ نہیں کر سکتا کہ میں نے اسم اعظم کے سب صیغے جمع کر لئے ہیں کیونکہ اس میں اقوال بھی مختلف ہیں اور سب کے جمع کرنے کا دعویٰ بھی نہیں کیا جا سکتا اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ اسم اعظم کے اثر کے ظاہر ہونے کے لئے کچھ آداب و شرائط ہیں جو دعا مانگنے والے میں مفقود ہوں اور اس کی زبان سے ادا ہونے والا "اسم اعظم" اثر نہ دکھائے۔ پہلے زمانے کے بزرگوں کے پاس جب یہ اسم اعظم ہوتا تھا تو وہ اعمال صالحہ کے بھی دھنی تھے۔ اس کو طہارت میں استعمال کرتے تھے۔ عظمت صاحب سم اعظم سے معمور تھے۔ غیر خدا کی طرف متوجہ نہ ہوتے تھے۔ اور نہ خوف کھاتے تھے۔ جب سے لوگ بطالت میں پڑے اور لغو کام شروع کئے اور دلوں میں عظمت الہیہ کو کھو بیٹھے تو اسم اعظم کا اثر بھی تیز اور فوری نہ رہا۔

اور دعا جب محض زبان سے نہ ہو بلکہ دل سے نکل رہی ہو قبول ہوتی ہے۔ اور قبولیت کے درجات مختلف ہیں۔ حضور ﷺ فرماتے ہیں کہ یا تو اس کو مانگی ہوئی چیز فوراً مل جاتی ہے یا اس کیلئے آخرت میں ذخیرہ کر دی جاتی ہے۔ یا اس کے خیر کے سوال کے بعد اس سے مصیبت ٹال دی جاتی ہے

اسم اعظم کے حصول کے بعد دیگر عبادات کو چھوڑ دینا باعث ہلاکت ہے:

شیخ عبد العزیز بن مسعود دباغ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھے سید الوجود حضرت محمد ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اسم اعظم پر پردہ ڈال دیا گیا ہے۔، اللہ تعالیٰ اس کی کسی کو اطلاع نہیں کرتے مگر جس کو اپنی محبت کیلئے مخصوص کر دیں اگر لوگ اسم اعظم کو جان لیں تو اس میں مشغول ہو جائیں اور اس کے علاوہ کو چھوڑ دیں، پس جس نے اسم اعظم کو جان لیا اور قرآن کو اور مجھ پر درود پڑھنے کو چھوڑ دیا حالانکہ اس کے بڑے فضائل ہیں اس کے لئے اس کی جان کی ہلاکت کا خطرہ ہے۔

اسم اعظم قرآن شریف میں پوشیدہ ہے:

بعض حضرات فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کا ایک ایسا نام بھی ہے جو اس کے سب ناموں سے بڑا ہے، اور یہ بات محال ہے کہ قرآن کریم اس سے خالی ہو حالانکہ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے۔ قرآن مجید میں کوئی چیز نہیں چھوڑی جس کو اس میں بیان نہ کیا ہو)

لہٰذا قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ کا اسم اعظم موجود ہے اور اللہ تعالیٰ نے حضرت محمد ﷺ کو اور آپ کی امت کو اس سے محروم نہیں رکھا حالانکہ حضور ﷺ کو سب انبیاء اور رسل پر اور آپ ﷺ کی امت کو سب انبیاء کی امتوں پر فضیلت حاصل ہے۔

اگر یہ سوال کیا جائے کہ پھر اسم اعظم قرآن کریم میں کہاں ہے۔؟ تو اس کا ایک جواب تو یہ دیا گیا ہے کہ جس طرح سے جمعہ کے دن میں مخصوص گھڑی کو اور قرآن میں درمیانی نماز کو اور ماہ رمضان میں شب قدر کو مخفی کر دیا ہے تا کہ لوگ اس کی جستجو کرتے ہوئے نیک اعمال میں خوب محنت کریں اور صرف ان خاص اعمال پر بھروسہ کر کے نہ بیٹھے رہیں، اسی طرح سے اللہ تعالیٰ سے مختلف الفاظ و کلمات میں انسان اپنی دعائیں مانگیں صرف اسم اعظم کے حصول سے یکبارگی مانگ کر دعا سے اور خدا کی یاد سے اور اپنے عجز کے اظہار سے غافل نہ بن جائیں۔ (الدر النظیم ص:۳۲)

قرآن کریم میں اسم اعظم کے متعلق اشارات:

پہلا اشارہ:۔

"واتل علیهم نبا الذی آیتناه آیاتنا فانسلخ منها فاتبعه الشیطان فکان من الغاوین" (سورۃ الاعراف:۱۷۵)

ترجمہ:۔ اور ان لوگوں کو اس شخص کا حال پڑھ کر سنائیے اس کو ہم نے اپنی آیات (علم کتب انبیاء اور اسم اعظم) دیا پھر وہ ان سے بالکل نکل گیا پھر شیطان اس کے پیچھے لگ گیا تو وہ گمراہ لوگوں میں داخل ہو گیا۔

تفسیر:۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ، ابن اسحاق، سدی اور مقاتل وغیرہ فرماتے ہیں کہ اس آیت سے مراد بنی اسرائیل کا ایک شخص بلعم باعوراء ہے اس کے پاس اسم اعظم تھا، اس کو بادشاہ وقت نے طلب کیا تو وہ چھپ گیا مگر بادشاہ نے بالآخر ڈھونڈ لیا اور پوچھا کہ تمہارے پاس اسم اعظم ہے۔؟ اس نے کہا کہ ہاں، بادشاہ نے کہا میرے لئے ایک بیل کی دعا کرو جس نے محنت کا کام نہ کیا ہو تو اس کی دعا سے سرخ رنگ کا بیل نمودار ہوا جس کے قریب کوئی نہ جا سکتا تھا تب وہ خود بیل کے پاس گیا اور اس کے کان میں کچھ کہا تو وہ آگ کا انگارہ بن کر گر پڑا پھر اس نے بادشاہ سے کہا کہ تم بھی بنی اسرائیل کو تکلیف دینے سے باز آ جاؤ ورنہ جو مصیبت بیل پر اتری ہے تم پر بھی اترے گی تو وہ بنی اسرائیل کو (کچھ عرصہ تک) تکلیف و اذیت دینے سے باز آ گیا۔ (الدر النظیم ص:۳۲)

نوٹ:۔ یہ شخص حضرت موسیٰ علیہ السلام پر بدعا کرنے سے مردود ہوا اسی کے متعلق اس مذکورہ آیت میں ذکر آیا ہے۔

دوسرا اشارہ:۔

"قال الذی عندہ من الکتاب انا آتیک بہ قبل ان یرتد الیک طرفک" (سورئہ النمل: ۴۰)

ترجمہ:۔ جس شخص کے پاس کتاب کا علم تھا، اس نے کہا کہ میں اس تخت، کو آپ کے سامنے آپ کی آنکھ جھپکنے سے بھی پہلے لا کھڑا کرتا ہوں۔

نوٹ:۔ اکثر مفسرین حضرت قتادہ وغیرہ فرماتے ہیں۔ کہ یہ شخص حضرت آصف بن برخیا (حضرت سلیمان علیہ السلام کے وزیر) تھے۔ جب انہوں نے نماز پڑھی اور اللہ تعالیٰ سے دعا کی کہ تو حضرت سلیمان علیہ السلام سے عرض کیا؟ آپ اپنی آنکھیں کھولیں پھر بند کرلیں، تو حضرت سلیمان علیہ السلام نے اپنی آنکھیں کھول کر دائیں طرف دیکھا تو حضرت آصف رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے دعا فرمائی اور اللہ تعالیٰ نے فرشتوں کو بھیجا جو تخت بلقیس کو زمین کے نیچے سے اٹھائے ہوئے زمین عبور کرتے ہوئے چلے آئے حتیٰ کہ زمین پھٹی اور حضرت سلیمان علیہ السلام کے سامنے تخت آموجود ہوا۔

بعض حضرات کے نزدیک کوئی اسم اعظم نہیں ہے:

حافظ ابو القاسم سہیلی بھی اس کی تائید کرتے ہوئے یہی فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کا کوئی نام دوسرے سے بڑا نہیں ہے اور جس نام کے بارے میں اسم اعظم کا لفظ آیا ہے وہ عظیم کے معنی میں ہے اور اکبر کبیر کے معنی میں اور اہون "ھین" کے معنی میں۔ (الدرالنظیم فی خواص القرآن العظیم صفحہ: ۳۰)

ہر شخص کے مناسب مخصوص اسم اعظم:

شیخ محب الدین طبری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے مکہ میں سن ۶۶۶ھ میں بعض عارفین سے سنا کہ جو شخص اللہ تعالیٰ کو اپنی حالت اور مقام میں موثر اسم کے ساتھ پہچانے گا تو اس نے اپنے ساتھ مخصوص اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کو پہچان لیا۔ (سعادۃ الدارین والدرالنظیم صفحہ: ۳۵)

علامہ یافعی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے بعض عارفین سے یہ فرماتے ہوئے سنا کہ ہر دعا کرنے والا جو اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا ہے اس کے مناسب اللہ تعالیٰ کا ایک اسم اعظم ہوتا ہے جو اس کی حالت اور دعا میں مطلوب ومسئول کی حالت کے مطابق ہوتا ہے۔

نوٹ:۔ اس لئے ہر وہ اسم جو کہ اولیاء یا علماء نے اسم اعظم کہا ہے اس کے ساتھ یا سبب کے ساتھ دعا مانگنے والے کی دعا کا قبول ہونا یا نہ ہونا اس مذکورہ صورت کی وجہ سے ہے اگر اس شکل کو سامنے رکھ لیا جائے تو شاید اسے اسم اعظم حاصل ہوجائے جبکہ وہ اس کے آداب وشرائط کا لحاظ بھی رکھتا ہو

اپنی مناسبت کا اسم اعظم تلاش کرنے کا طریقہ:

علامہ یافعی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھے میرے ایک ساتھی نے ہمارے بعض مشائخ سے نقل کرتے ہوئے بتاتا کہ شیخ محی الدین ابن العربی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا (جو شخص اپنے مناسب کا اسم اعظم تلاش کرنا چاہے تو) اس کو چاہیے کہ وہ اپنے نام کے حروف کے کل عدد نکالے اور اس مجموعہ عدد کو دیکھے کہ وہ اللہ تعالیٰ کے اسماء الحسنیٰ کے کون سے اسم کے موافق ہے۔ اگر وہ مجموعہ عدد کسی ایک اسم لے مجموعہ عدد میں مل جائے تو ٹھیک ہے ورنہ کوئی سے اللہ تعالیٰ کے دو اسموں میں نظر کرے یا تین میں یا چار میں، مثال کے طور پر ایک نام "محمد" ہے اس کے کل عدد (۹۲) ہیں ہم نے اس کی موافقت تلاش کی تو کسی ایک اسم میں نہ پائی پھر دو ناموں میں تلاش کی تو اس کا عدد "اول، دائم" میں ملا اور اسم (محمد) کے عدد کی موافقت اللہ کے تین ناموں میں نہ ملی چار میں مل گئی وہ ہیں "حی، وھاب، واجد، ولی" پھر علامہ ابن العربی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے فرمایا کہ جس کا یہ (محمد) نام ہو وہ (۹۲) مرتبہ اپنے نام کے عددے موافق سورۃ فاتحہ پڑھے پھر اسی عدد کے موافق سورۃ الم نشرح پڑھے پھر عدد مذکور کے چاروں اسماء کو اس کے عدد کیمطابق روزانہ پڑھا کرے جب عدد موافق ان اسماء الٰہیہ کا ذکر پورا ہوجائے تو یہ دعا کرے:

"یا حی احی قلبی ورزقی وذکری اوماشاء یا وھاب ھب لی کذا یا واجد اوجدلی کذا یا ولی تولی"

اسماء مذکورہ "حی وھاب واجد ولی" کے موافقوں کی لوح جیسا کہ شیخ شرف الدین بونی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے اپنے کتاب "سجنۃ الارواح" میں لکھی یہ ہے:

حی	وھاب	ولی	جواد
جواد	ولی	وھاب	حی
وھاب	حی	جواد	ولی
ولی	جواد	حی	وھاب

حق	واجد	وھاب	ولی
ولی	وھاب	واجد	حی
واجد	حی	ولی	وھاب
وھاب	ولی	حی	واجد

(بحوالہ "اسم اعظم. دارالمعارف)

(بقیہ آئندہ شمارے میں پڑھیں)

ملحوظِ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو، عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی کوئی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے آپ کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق اور سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

بقیہ اسماء الحسنیٰ اور صحابہؓ کے مشاہدات

نقش عددی ۷۸۶			
۶۷	۸۰	۷۷	۷۴
۷۸	۷۳	۶۸	۷۹
۷۲	۷۵	۸۲	۶۹
۸۱	۷۰	۷۱	۷۶

نقش عددی ۷۸۶			
۱	۱۴	۱۱	۲۷۲
۱۲	۲۷۱	۲	۱۳
۲۷۰	۹	۱۶	۳
۱۵	۴	۲۶۹	۱۰

ذوالکتابت ۷۸۶			
ر	ح	م	ن
۴۱	۴۹	۲۰۱	۷
۴۸	۳۸	۱۰	۲۰۲
۹	۲۰۳	۴۷	۳۹

نقش عددی ۷۸۶			
۱	۲۷۸	۱۱	۸
۱۲	۷	۲	۲۷۷
۶	۹	۲۸۰	۳
۲۷۹	۴	۵	۱۰

ذوالکتابت ۷۸۶			
۷	۴۸	۴۲	۲۰۱
۴۳	ر	ح	۴۷
۱۹۹	م	ن	۹
۴۹	۱۰	۱۹۸	۴۱

ذوالکتابت ۷۸۶			
ر	۳۸	۵۱	۹
۵۲	ح	۲۰۱	۳۷
۷	۴۹	م	۲۰۲
۳۹	۲۰۳	۶	ن

ذوالکتابت ۷۸۶			
۳۹	۱۹۹	۱۰	ن
۱۱	۴۹	م	۱۹۸
۴۸	ح	۲۰۱	۴۱
ر	۴۲	۴۷	۹

ذوالکتابت ۷۸۶			
ر	۳۹	۵۱	ح
۵۲	۷	۲۰۱	۳۸
۶	۴۹	۴۱	۲۰۲
م	۲۰۳	۵	ن

گھر میں سونف ضرور رکھئے!

ایک 100 گرام سونف کی غذائی صلاحیت 370 کیلوریز ہے۔

کھانے کے بعد ابا جان کو بدہضمی ہوئی تو طاہرہ سوچنے لگی کہ ان کی تکلیف کا مداوا کیسے کروں۔ اچانک ابا جان نے اس کے ذریعہ تھوڑی سی سونف منگوائی، پھانکی اور کچھ دیر بعد وہ بھلے چنگے ہو گئے۔ جی ہاں سونف جیسی معمولی چیز اپنے اندر بڑے غذائی کمالات چھپائے ہوئے ہے۔ سونف کا زردی مائل سبز پودا پورے برصغیر میں کاشت کیا جاتا ہے۔ سونف کا کیمیائی تجزیہ بتاتا ہے کہ اس کے ایک سو گرام میں ۶٫۳ فیصد رطوبت ۹٫۵ فیصد پروٹین ۱۰ فیصد چکنائی ۱۳٫۴ فیصد معدنی اجزا ۱۸٫۵ فیصد ریشہ اور ۴۲٫۳ فیصد کاربوہائیڈریٹس پائے جاتے ہیں۔ اس کے معدنی اور حیاتیاتی اجزا میں کیلشیم، فاسفورس، فولاد، سوڈیم، پوٹاشیم، تھایامیں، ریبوفلاوین، نایاسین اور وٹامن سی شامل ہیں۔ اس کی غذائی صلاحیت ۳۷۰ کیلوریز ہے۔

شفا بخش قوت اور طبی استعمال:

پودے کے پتے ہاضم، اشتہا انگیز اور محرک ہوتے ہیں۔ سونف کی مختلف اقسام ہیں چنانچہ اس میں پائے جانے والے تیل کے خواص بھی مختلف ہوتے ہیں۔ برصغیر میں پائی جانے والی سونف میں اینی تھول اور فین کون کی مقدار وافر ہوتی ہے۔ اس کا ذائقہ خوشگوار ہوتا ہے۔ پودے کے پتے رطوبتیں بڑھاتے ہیں چنانچہ ان کے استعمال سے پیشاب کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔

سونف میٹھی، مسہل، مقوی باہ اور خون کا اخراج روکنے میں موثر ہے۔ اس کا استعمال معدے کی گیس خارج کرتا، بلغمی مواد کے اخراج کو بڑھاتا اور سانس کی نالیوں کو صاف کرتا ہے۔ سونف کے خشک بیجوں سے کشید کیا ہوا تیل خوشبودار ہاضم، مفرح اور اینٹھن دور کرنے والا ہے۔ اسے اصلاح معدہ کے لئے تیار کی جانے والی مختلف ادویہ میں ضرور شامل کیا جاتا ہے۔

نظام ہضم: سونف کا استعمال نظام ہضم کے لئے بہت مفید ہے۔ چھوٹے بچوں کو کاربوہائیڈریٹ ہضم کرنے کیلئے تھوڑی مقدار میں دینا بہتر ہے۔ ایک چمچ سونف ایک سوملی لیٹر پانی میں ابال کر (نصف گھنٹہ تک جوش دیکر) ٹھنڈا کر کے پینا بدہضمی میں نافع ہے۔ یہی جوشاندہ صفرا، ریاح، قبض اور پرانی بدہضمی میں بھی سودمند ہے۔ کھانا کھانے کے بعد تھوڑی سی سونف چبانا سانس کی بو، بدہضمی، قبض اور قے سے نجات دلاتا ہے۔ سونف کو شکر کے ساتھ کھانا زیادہ مفید ہے۔

دماغ کی کمزوری: اسے دور کرنے کیلئے سونف بہت مفید چیز ہے جس سے کئی طرح کے نسخہ جات بنائے جاتے ہیں۔

سونف مقوی دماغ: سونف چھ ماشہ اور مصری چھ ماشہ دونوں کو باریک پیس کر سفوف بنالیں۔ اس میں سات بادام تھوڑا کوٹ کر ملا دیں۔ اور رات کو سونے لگیں تو یہ دوا گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں اور اسکے بعد پانی ہرگز نہ پئیں۔ اتنی مقدار روزانہ استعمال کرتے رہیں۔ چالیس دن میں دماغ اتنا طاقتور ہو جاتا ہے کہ کمزور نظر والے کو عینک کی حاجت نہیں رہتی۔

مقوی دماغ سردائی: اگر دماغ میں گرمی ہو اس کی وجہ سے آنکھوں کے آگے اندھیرا سا چھا جاتا ہو۔ نیز دماغ کمزور ہو، تو یہ تمام عوارض دور کرنے کے لئے عجیب وغریب اور مفید چیز ہے۔ حسب ذیل طریقہ سے روزانہ صبح وشام استعمال کریں۔

سونف چھ ماشہ بادام سات عدد الا ئچی خورد تین عدد۔ انہیں پیس لیں، اور آدھ سیر پانی میں مناسب مصری ملا کر کپڑے سے چھان کر پلائیں۔ گویا یہ دوا کی دوا اور سردائی کی سردائی ہے۔

غنودگی: یعنی نیند کی زیادتی، اگر ہر وقت طبیعت سست رہتی ہو اور نیند ہی کی طرف مائل رہے، تو اس حالت کو بھگانے کے لئے بھی سونف لاجواب ہے۔ سونف چھ ماشہ کو آدھ سیر پانی میں جوش دیں۔ جب آدھ پاؤ رہ جائے تو اتار کر اس میں نمک دو ماشہ ملا کر صبح وشام پلایئے بہت مفید ہے۔

مقوی بصر خوار کی نسخہ: سونف بند نظر کھولتی ہے۔ اور نظر تیز کرتی ہے۔ اس سے عینک بھی اتر سکتی ہے۔ تین نسخے درج ذیل ہیں۔

(۱) سونف کو نرم چوٹ سے کوٹ لیں تا کہ اس کا چھلکا اتر جائے۔ رات کو اس میں سے دو تولہ اور نازک طبع لوگ ایک تولہ سالم پانی یا دودھ کے ساتھ لیں، انشاء اللہ نظر چیل کی مانند تیز ہو جائے گی۔

(۲) سونف باریک پیس کر اس میں ہم وزن شکر ملا دیں۔ رات کو ایک تولہ یہ مرکب گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

(۳) بادام سات عدد، سونف ایک تولہ اور مصری دو تولہ سیدھی چوٹ سے کوٹ کر رات کو نیم گرم دودھ سے کھلائیں۔ مریض کو ہدایت کریں کہ وہ اس کے بعد پانی ہرگز نہ پیئے۔ ان شاء اللہ چالیس روز میں نظر تیز ہو جائے گی۔ حتیٰ کہ بعض اشخاص کو عینک کی حاجت نہیں رہتی۔

منہ کی بدبو: منہ میں بدبو آنا ایک بدنما عیب ہے۔ بعض لوگوں کو دیکھا گیا ہے کہ وہ صاحب عقل اور خوش شکل ہوتے ہیں، مگر لوگ ان کے پاس بیٹھنا بھی پسند نہیں کرتے کیونکہ ان کے منہ سے بدبو آتی ہے۔ اگر وہ سونف منہ میں چباتے رہیں تو بدبو دور ہوتی ہے اور سانس خوشبودار ہو جاتی ہے۔

کھانسی: سونف ایک تولہ آدھ سیر پانی میں جوش دیں جب پاؤ بھر پانی بچ رہے، تو اس میں ایک تولہ شہد ملا کر پلائیں۔ صبح وشام دیں۔ ہر قسم کی کھانسی میں مفید ہے۔ اگر شہد نہ مل سکے تو نمک ایک ماشہ شامل کر کے بھی پلایا جا سکتا ہے

معدے کی بیماریاں: سونف معدے کو درست کرنے اور اس کو طاقت ور بنانے کے لئے لاجواب چیز ہے اس سے معدہ کی تقریباً تمام بیماریاں دور ہو جاتیں ہیں ذیل میں چند ایک نسخہ جات پیش ہیں جو دیکھنے میں معمولی چٹکلوں کی حیثیت رکھتے ہیں مگر فوائد میں بیش بہا ہیں۔

(۱) سونف کو ذرا سا کوٹ کر رکھیں تا کہ اس کا چھلکا اتر جائے اور اس کے چاول نکل آئیں۔ اس میں سے دو پھانکے پانی سے لیا کریں۔ معدے کی گرانی دور ہو جائے گی۔

(۲) سونف بیس تولہ سیاہ نمک پانچ تولہ، دونوں کو باریک پیس کر کپڑ چھان کریں اور ڈبے میں حفاظت سے رکھیں۔ اس میں سے چار پانچ ماشہ دن میں دوبار یعنی صبح وشام پانی سے کھلایا کریں۔ اس سے بدہضمی بھوک کی کمی کھٹے ڈکاروں کا آنا وغیرہ سب امراض دور ہو جاتے ہیں۔

(۳) پانچ تولہ سونف کو پندرہ تولہ گل قند میں ملا دیں اور اس میں سے صبح وشام پانچ پانچ تولہ خوب چبا کر کھائیں تمام امراض معدہ کیلئے بڑی فائدہ مند دوا ہے۔

بدہضمی: (۱) سونف کا ایک ماشہ اور پودینہ ایک ماشہ پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور بوقت ضرورت استعمال کریں، بدہضمی دو ہو جائے گی۔ (۲) سونف نو ماشہ، سونٹھ تین ماشہ اور مصری ایک تولہ ان سب کو باریک پیس کر رکھیں اور دن میں تین بار گرم پانی کے ہمراہ لے لیں بدہضمی دور ہو جائے گی۔

قبض: یہ تمام بیماریوں کی ماں ہے۔ اسے دور کرنے کے لئے سونف عجیب وغریب اور عمدہ چیز ہے جسے کئی طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔ (۱) سونف دس تولہ، شکر سرخ دس تولہ باریک پیس کر ملا لیں اور سنبھال کر رکھیں۔ خوراک دو تولہ ہمراہ گرم دودھ یا ویسے ہی کھا کر سو جائیں۔

(حکیم محمد عبداللہ)

کارِ خیر کا اچھا انداز

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوقِ خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل وکتب ہمیں گفٹ کر دیں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ (ادارہ)

احادیثِ نبوی ﷺ سے ماخوذ دینی اور دنیوی طور پر مالا مال کردینے والے انتہائی آسان اعمال

اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں:

ترجمہ: ''اے لوگو! ایمان والو! جب تم نماز کے لئے اٹھنے لگو تو اپنے چہروں کو دھوؤ اور اپنے ہاتھوں کو کہنیوں سمیت اور اپنے سروں کا مسح کرو اور اپنے پیروں کو بھی ٹخنوں سمیت (دھوؤ)۔ اور اگر تم جنابت کی حالت میں ہو تو سارا بدن پاک کرو اور اگر تم بیمار ہو یا حالتِ سفر میں ہو یا تم میں سے کوئی شخص استنجے سے آیا ہو یا تم نے بیویوں سے قربت کی ہو پھر تم کو پانی نہ ملے تو تم پاک زمین سے تیمم کرلیا کرو، یعنی اپنے چہروں اور ہاتھوں پر ہاتھ پھیر لیا کرو اس زمین (کی جنس) پر سے (ہاتھ مار کر) اللہ تعالیٰ کو یہ منظور نہیں کہ تم پر کوئی تنگی ڈالیں لیکن اللہ تعالیٰ کو یہ منظور ہے کہ تم کو پاک صاف رکھے اور یہ کہ تم پر اپنا انعام واکرام فرمائے تاکہ تم شکر ادا کرو'۔

وضو سے تمام صغیرہ گناہ معاف:

(حدیث) حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب کوئی مسلمان مومن جب وضو کرتا ہے اور اپنا منہ دھوتا ہے تو اس کے منہ سے ہر گناہ جس کی طرف اپنی آنکھوں سے دیکھا تھا پانی سے یا پانی کے آخری قطرہ سے نکل جاتا ہے۔ پس جب وہ اپنے ہاتھ دھوتا ہے تو اس کے ہاتھوں سے ہر وہ گناہ جس کو اس کے ہاتھوں نے پکڑا تھا پانی کے ساتھ یا پانی کے آخری قطرہ کے ساتھ نکل جاتا ہے۔ پھر جب وہ اپنے پاؤں دھوتا ہے تو ہر وہ گناہ جس کی طرف اس کے پاؤں چل کر گئے تھے پانی کے ساتھ یا پانی کے آخری قطرہ کے ساتھ نکل جاتا ہے حتیٰ کہ وہ (مسجد کی طرف) گناہوں سے پاک صاف ہو کر جاتا ہے (اور اس کی نماز اللہ تعالیٰ کی طرف سے نمازی کے لئے انعام ہوتی ہے)

(حدیث) حضرت ابو امامہؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص نماز کے ارادہ سے وضو کے لئے کھڑا ہوتا ہے پھر اپنے ہاتھ دھوتا ہے تو اس کی ہتھیلیوں سے پہلے قطرہ کے ساتھ سب گناہ گر جاتے ہیں، پھر جب وہ کلی کرتا اور ناک میں پانی چڑھاتا اور ناک کو جھاڑتا ہے تو ہر گناہ اس کی زبان اور ہونٹوں سے پہلے قطرہ کے ساتھ گر جاتا ہے، پھر جب وہ اپنا منہ دھوتا ہے تو ہر گناہ اس کے کان اور آنکھ سے پہلے قطرہ کے ساتھ گر جاتا ہے، پھر جب وہ کہنیوں تک اپنے ہاتھ اور ٹخنوں تک اپنے پاؤں دھوتا ہے تو وہ ہر گناہ سے ایسے پاک صاف ہو جاتا ہے جیسا کہ اس کی ماں نے اس کو آج ہی جنا ہو (اور اس نے کوئی گناہ نہ کیا ہو) پھر جب وہ نماز کے لئے کھڑا ہوتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کا مرتبہ بلند کردیتے ہیں اور اگر (وضو کرکے) بیٹھ جاتا ہے (نماز نہیں پڑھتا) تو گناہوں سے پاک ہو کر بیٹھتا ہے۔

(مسند امام احمد بسند احسن)

ایک نماز سے دوسری نماز تک کے گناہ معاف:

(حدیث) حضرت عثمانؓ فرماتے ہیں کہ میں نے جناب رسول اللہ ﷺ سے سنا، آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص وضو کرتا ہے اور وضو بھی اچھے طریقے سے کرتا ہے پھر (کوئی سی فرض) نماز ادا کرتا ہے تو اس کے (صغیرہ) گناہ اس نماز سے لے کر اگلی نماز کے درمیان تک کے معاف کردئے جاتے ہیں حتیٰ کہ وہ اس نماز کو ادا کرلے۔

اگلے پچھلے صغیرہ گناہ معاف:

(حدیث) حضرت حمران کہتے ہیں کہ حضرت عثمانؓ نے وضو کا پانی منگایا وہ ٹھنڈی رات میں (کہیں) باہر جانا چاہتے تھے، میں آپ کے پاس پانی لایا تو آپ نے اپنا منہ اور ہاتھ دھوئے تو میں نے عرض کیا اس سخت ٹھنڈی رات میں آپ کو اتنا کافی ہے تو انہوں نے فرمایا کہ میں نے جناب رسول اللہ ﷺ سے سنا آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص (نماز کے لئے یا ویسے ہی ثواب اور طہارت کے لئے) اچھی طرح وضو کرے تو اس کے اگلے پچھلے (تمام صغیرہ) گناہ معاف کردئے جاتے ہیں۔

(نوٹ) اعمالِ صالحہ سے صغیرہ (چھوٹے) گناہ معاف ہوتے ہیں بڑے گناہ توبہ کرنے سے معاف ہوتے ہیں۔

اعضائے وضو کی روشنی: (حدیث) حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں میں نے جناب رسول اللہ ﷺ سے سنا آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: میری امت کے لوگ قیامت کے دن اس حالت میں بلائے جائیں گے کہ ان کے آثار وضو سے (اعضائے وضو) چمکتے ہوں گے پس تم میں سے جو اس کی طاقت رکھتا ہے کہ وہ اپنی چمک دمک کو زیادہ کرے تو اس کو یہ کرلینا چاہئے۔

جنت کے زیور: (حدیث) حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ میں نے اپنے دوست حضور ﷺ سے سنا، آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جنت کے زیور (کنگن وغیرہ) مومن کو وہاں تک پہنائے جائیں گے جہاں تک وضو (کرتے وقت وضو کا پانی) پہنچے گا۔

سردی اور مشقت میں وضو کا ثواب

جنت میں درجات بلند: (حدیث) حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا میں وہ اعمال نہ بتاؤں جن کی وجہ سے اللہ تعالیٰ خطائیں معاف کرتے ہیں اور (جنت میں) درجات بلند کرتے ہیں؟ صحابہ کرامؓ نے عرض کیا: کیوں نہیں یا رسول اللہ! (ضرور بتایئے) آپ ﷺ نے فرمایا وضو کو مشقت کے موقعوں میں اچھی طرح سے کرنا اور مساجد کی طرف زیادہ قدموں سے چل کر جانا اور ایک نماز پڑھ کر دوسری نماز کا انتظار کرنا یہی تمہارے لئے کوشش اور محنت کی جگہ ہے، یہی تمہارے لئے کوشش اور محنت کا مقام ہے (تاکہ گناہوں سے بچ جاؤ اور درجات کی بلندی حاصل کرو)

سردی کے وضو کا دوہرا ثواب:

(حدیث) حضرت علیؓ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص سخت سردی میں اچھی طرح پانی کے ساتھ وضو کرے اس کو ثواب کا دوہرا حصہ ملتا ہے (ایک حصہ وضو کا دوسرا سردی سہنے کا)۔

مسواک کا ثواب: (اللہ کی خوشنودی کا ذریعہ)

(حدیث) حضرت عائشہؓ سے روایت ہے کہ جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: مسواک منہ کی صفائی کا آلہ اور اللہ تعالیٰ کی رضا کا ذریعہ ہے (طبرانی کی حدیث میں یہ اضافہ بھی ہے کہ یہ مسواک) نظر کو بھی تیز کرتا ہے۔

فرشتہ تلاوت کرنے والے کے منہ پر اپنا منہ رکھتا ہے:

(حدیث) حضرت علیؓ نے مسواک کرنے کا حکم دیا اور فرمایا کہ جناب رسول اللہ ﷺ ارشاد فرماتے ہیں: جب کوئی بندہ مسواک کرتا ہے پھر کھڑے ہو کر نماز پڑھتا ہے تو فرشتہ اس کے پیچھے کھڑے ہو کر اس کی تلاوتِ قرآن سنتا ہے اور اس کے قریب ہو جاتا ہے، جب بھی وہ کوئی آیت یا اس کے برابر کوئی (قرآن پاک کا) جملہ تلاوت کرتا ہے تو یہ فرشتہ اس کے منہ پر اپنا منہ رکھ لیتا ہے پس قرآن پاک کا جو حصہ بھی نمازی کے منہ سے نکلتا ہے وہ سیدھا فرشتہ کے اندر جاتا ہے اس لئے اپنے مونہوں کو قرآن پاک کے لئے پاک رکھو۔ (بزار بسند جید)

(مزید فضائل آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

ناقابلِ فراموش

اس عنوان کے تحت آپ لکھیں کوئی حکمت یا طب کا ٹوٹکہ نسخہ تجربہ یا کوئی بے قیمت چیز سے بڑی بیماری کا علاج آپ نے کیا ہے یا آپ نے کسی سے سنا ہو۔ یہ صدقہ جاریہ ہے ضرور لکھیں۔ کسی بھی طریقہ علاج کا تجربہ، آپ مریض رہے اور صحتیاب ہوئے یا آپ معالج ہیں اور آپ کے ہاتھوں کوئی صحت یاب ہوا۔ ضرور لکھیں۔ آپ نے کوئی وظیفہ، مسنون دعا یا کوئی لفظ یا کوئی قرآن پاک کی آیت کسی مسئلے، مشکل یا بیماری میں آزمائی ہو یا دیکھی ہو تو ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم سنوار لیں گے۔ خطوط کو اضافی ٹیپ یا گوند نہ لگائیں۔ اگر آپ اپنا نام مخفی رکھنا چاہتے ہیں تو تسلی کریں، رازداری کا مکمل خیال رکھا جائے گا۔ آپ اپنی تحریریں ارسال فرمائیں۔

معالج کا حیرت انگیز واقعہ

حکیم زاہد حسین/بمبئی

بوڑھا حامد چار روز سے میرے زیر علاج تھا۔ اس کی بائیں آنکھ میں جالا پڑ گیا تھا۔ جو دن بدن پھیلتا جا رہا تھا۔ اس نے اچھے ڈاکٹر اور حکیم کا علاج کروایا مگر مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ آخر جب وہ میرے پاس آیا تو میں نے اسے آنکھ میں ڈالنے کا سلوشن دیا اور رات کو سوتے وقت ہمدرد دواخانہ کا نرگسی سرمہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ اس کے بعد تین مہینے کے لمبے عرصے تک غائب رہنے کے بعد ایک دن میرے دواخانہ میں آیا اور یوں گویا ہوا:

حکیم صاحب میں اپنا بہت سا وقت اور پیسہ برباد کرنے پر بھی اپنی آنکھ کی بینائی کو نہیں بچا سکا تو مایوس ہو کر اپنے آبائی گاؤں کو چلا گیا۔ جہاں اچانک عجیب حادثے نے میری آنکھ کا جالا کاٹ دیا اور دوبارہ میں اسی آنکھ سے اسی طرح کی پیدائشی آنکھ کی طرح کام لینے لگا اس کی بینائی ایسی لوٹ آئی جیسی کبھی خراب تھی ہی نہیں۔ واقعہ یہ ہو کہ ایک روز میں ایک لمبی لکڑی کی مدد سے پپیتے کے درخت کے نیچے کھڑا پپیتہ توڑنے کی کوشش کر رہا تھا کہ لکڑی پپیتے میں لگی اور اس میں سوراخ ہو کر یکا یک دودھ کے چند قطرے ٹھیک جالے والی آنکھ میں گرے ان کا گرنا تھا کہ جلن شروع ہو گئی میں نے خوب زور سے آنکھ کو مسلنا شروع کیا۔ جلن کچھ کم ہوئی تو میں ایک گھنٹہ درخت کی ٹھنڈی چھاؤں میں لیٹا اور سو گیا۔

تین چار گھنٹے کے بعد جب میری آنکھ کھلی تو یہ دیکھ کر حیرت وخوشی کی انتہا نہ رہی کہ میری بائیں آنکھ کی روشنی بحال ہو گئی ہے اور جلن کا نام ونشان بھی باقی نہیں ہے۔ کئی بار دائیں آنکھ کو بند کر کے بائیں آنکھ کو دیکھا اور تھوڑی دیر تک بیٹھا سوچتا رہا کہ میں کہیں خواب تو نہیں دیکھ رہا۔ مگر جب مجھے اچھی طرح یقین ہو گیا تو ڈاکٹر کو دکھایا وہ بھی حیران رہ گئے۔

حامد کے اس واقعہ کو سن کر میں خود انگشت بدنداں رہ گیا۔ اور اس روز سے آج تک دو باتیں کبھی میرے ذہن سے محو نہیں ہو سکتی۔ ایک یہ کہ حکیم مطلق کیسے کیسے عجیب اور ناقابل فہم طریقوں سے علاج کرتا ہے۔ اور دوسرے یہ کہ پپیتے کے دودھ اور آنکھ کے جالے کے علاج میں قدرت نے کیا کیا روابط پیدا کیے ہیں۔

وٹامن (الف) "A" کے کرشمے

(مامون الرشید/سکھر سندھ)

ماہنامہ عبقری کے اس سلسلے (ناقابل فراموش) کا خیر مقدم کرتا ہوں۔ اس کے ذریعے سے قارئین ایک دوسرے کے شفائی تجربات سے آگاہ ہو سکتے ہیں۔ ہر شخص کی زندگی میں اس قسم کے واقعات رونما ہوتے رہتے ہیں۔ میری دانست میں قدرت کی کرشمہ سازی ہے کہ شفا دینے پر آتی ہے تو معمولی چیزوں سے خلاف اصول وتوقع فائدہ ہو جاتا ہے۔ اسی قسم کا واقعہ خود میرے ساتھ پیش آیا۔

میری نوجوان شادی شدہ لڑکی کی شدید علالت کی اطلاع ملنے پر ہم اس کے گھر پہنچے تو سب کو بے حد متفکر پایا وہ بخار میں بھن رہی تھی۔ مقامی ڈاکٹروں نے اسے کراچی لے جانے کا مشورہ دیا۔ ہم اسے اپنے ساتھ لے آئے اور ہسپتال میں داخل کر دیا۔ طول طویل امتحانون کے بعد پتہ چلا کہ لڑکی کے قلب کی اندرونی جھلی پر ورم آ گیا ہے۔ چنانچہ ڈاکٹروں نے اس کے علاج کے لئے پنسلین تجویز کی۔ اسے چوبیس گھنٹوں میں ایک بار پنسلین کے دو کروڑ یونٹ دئے جانے لگے۔ اس کے علاوہ بھی دوسری انگریزی دوائیں اور گولیاں وغیرہ کھلائی جا رہی تھیں۔

میں بذات خود اپنی صحت کے سلسلے میں خاصہ محتاط رہتا ہوں باقاعدہ ورزش کے ساتھ ساتھ سادہ تازہ اور غذائیت بخش چیزیں کھاتا ہوں اس کے علاوہ حیاتین اور ضروری نمکیات بھی استعمال کرتا ہوں۔ میں بالخصوص حیاتین ای کی افادیت کا قائل ہوں۔ یہ حیاتین رگوں اور شریانوں کو صاف ستھرا رکھتی ہے۔ اس طرح قلب پر کوئی بوجھ نہیں پڑتا۔ اس کے علاوہ میں نے جست (زنک) کی افادیت کے بارے میں بھی بہت کچھ پڑھ رکھا تھا۔ زخموں کے مندمل میں یہ اہم کردار ادا کرتی ہے۔ اس کی گولیاں یا کیپسول پاکستان میں دست یاب نہیں ہیں اس لئے میں بیرون ملک سے منگواتا ہوں۔

اپنی لڑکی کی حالت اور معالجین کے چہرے دیکھ دیکھ کر میں بے جان سا ہو گیا تھا۔ ایک روز میں نے طے کر لیا کہ اسے حیاتین ای اور جست کھلاؤں گا۔ چنانچہ میں نے اللہ کا نام لیکر ان کا استعمال شروع کرا دیا۔

اس وقت مریضہ کی کیفیت یہ تھی کہ جو دوائیں اسے دی جا رہی تھیں ان کی وجہ سے اس کے جسم میں سخت خارش رہتی معالجین اس سلسلے میں کچھ نہیں کر پا رہے تھے۔ اس کی شکایت پر وہ بس یہی کہہ دیا کرتے تھے کہ یہ پنسلین کے علاج کی علامت ہے۔ اور اسے یہ تکلیف اٹھانی ہی ہو گی۔

میں نے ایک روز حیاتین ای کے کیپسول میں سوراخ کیا اور نکلنے والے تیل کو کھجلی کے مقامات پر لگا دیا۔ اس سے فوری طور پر آرام ہو گیا۔ تاہم یہ آرام وقتی تھا۔ جب میں نے یہ کیفیت دیکھی تو اسے حیاتین ای کے کیپسول کھلائے جوں ہی یہ کیپسول معدے میں پہنچے اور خون میں یہ حیاتین جذب ہوئی کھجلی کی شکایت رفو چکر ہو گئی اور جسم میں پڑے چکتے اور روڑے غائب ہو گئے۔

اس کے بعد میری بیٹی کی کیفیت تیزی سے سنبھلنے لگی۔ خود ڈاکٹر صاحبان حیران تھے۔ لیکن انہیں کیا پتہ کہ یہ کرشمہ قدرت کے دو اہم غذائی اجزا کا تھا۔

اسی طرح ایک روز چائے بناتے ہوئے میری بیوی کا ہاتھ کھولتے ہوئے پانی سے جھلس گیا۔ میں نے فوراً حیاتین ای کے تین چار کیپسول کھولے اور جلی ہوئی جگہ پر تیل لگا دیا۔ درد کھولن اور تکلیف فوری طور پر کم ہو گئی اور مزید کسی علاج کی ضرورت محسوس نہیں ہوئی۔

توجہ فرمائیں

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوقِ خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔

انسان بادشاہ ہو یا کسان اگر اسے گھر میں خوشی مل جائے تو وہ خوش نصیب انسان ہے۔

ناقابلِ بیان مشکلات، اسماء الحسنیٰ اولیاء کی زندگیوں کا نچوڑ

اسماءالحسنیٰ سے مشکلات کا حل آپ سب چاہتے ہیں لیکن زیرِ نظر کالم میں روحانی دنیا کے پیشوا اصحابہ کرامؓ، تابعین، اولیاء کرام کی زندگیوں کے ان تجربات کا نچوڑ ہے کہ انہوں نے اسماءالحسنیٰ کو کن مشکلات اور مسائل میں آزمایا اور خزاں زدہ زندگی مہکتی مسکراتی بن گئی۔

اَلرَّحْمٰنُ جَلَّ جَلَالُہٗ

یہ اسم پاک رحمت سے مبالغہ کے لیے مشتق ہے۔ رحمٰن میں رحیم کے مقابلے میں مبالغہ زیادہ ہے۔ کہ یہ دنیا اور آخرت کی رحمت کو شامل ہے اس کے علاوہ اللہ تعالیٰ کی ذات کے ساتھ خاص ہے۔ رحمٰن کی محبت عام ہے۔

"رحمٰن" وہ ذات ہے کہ جب اس سے سوال کیا جائے تو عطا کرے اور "رحیم" کا مقصود یہ ہے کہ جب اس سے کوئی سوال نہ کرے تو غضب ناک ہو۔ یعنی اگر بندہ اس سے مانگتا تو ضرور عطا فرماتا، اسی لیے طلب کا حکم دیا گیا ہے ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

اَدْعُوْنِیْ اَسْتَجِبْ لَکُمْ (الزمر)

مجھ سے مانگو میں تمہاری حاجتیں پوری کروں گا۔

سعدی کا قول ہے کہ رحمٰن وہ ذات ہے جو مصائب اور تکالیف دور کرتی ہے اور رحیم وہ ذات ہے جو گناہوں کی بخشش کرتی ہے۔

"رحمٰن" بلا قید مذہب خواہ مسلمان ہو یا کافر، یہودی، ہو یا نصرانی اللہ کا دوست ہو یا دشمن، انسان ہو یا حیوان، درخت ہو یا پتھر عام طور سے سب پر رحمت فرماتا ہے۔ اس اسم پاک کا خاصہ اور اس سرکار کا منصب ہے۔ اس ذات پاک نے رحمت کے سو حصوں میں سے ایک دنیا میں نازل فرمایا ہے جس کا اثر سارے عالم میں رحمت کے یہ نشان ہیں کہ شیر جیسا خونخوار جانور ہو یا ہاتھی جیسا کینہ پرور عظیم الجثہ حیوان سب اپنے بچوں کے لئے کس قدر شفیق ہیں۔ اور بچوں کو دودھ پلاتے ہیں۔

رقت قلب: جو شخص "یارحمٰن" کا وظیفہ اکثر پڑھے گا اس کا دل نہایت نرم ہو جائے گا اگر وہ کسی بیماری یا مصیبت زدہ کو دیکھے گا تو فوراً آبدیدہ ہو کر اس کی مصیبت رفع کرنے کی کوشش کرے گا اور خدا چاہے کامیاب ہوگا۔

ہر کام میں کامیابی: جو شخص روزانہ فجر کے بعد دو سو اٹھانوے مرتبہ پڑھا کرے وہ اللہ تعالیٰ کی خاص رحمت میں داخل ہوگا اور دنیا میں اس پر کوئی مشکل اور آفت نہ پڑے گی۔ ہر کاروبار میں فراخی نصیب ہوگی۔

آشوب چشم: اگر ٹھیک دوپہر کے وقت جسے زوال کہتے ہی باوضو بیٹھ کر اکتالیس مرتبہ یارحمٰن پڑھ پانی پر دم کرے جس کی آنکھیں دکھتی ہوں اس پانی میں سلائی تر کر کے دکھتی آنکھوں میں سات سات مرتبہ لگائے انشاءاللہ تین دن میں ٹھیک ہو اور پھر سال بھر آنکھیں دکھنے نہ آئیں گی۔

شفائے امراض: صبح کی سنتوں اور فرضوں کے درمیان جو کوئی شخص ایک سو اکیس مرتبہ "یااللہ یارحمٰن" کسی بیمار کے سرہانے کھڑا ہو کر پڑھے گا سات دن میں کیسا ہی بیمار ہو تندرست ہو جائے گا۔ اگر موت مقدر ہے تو خاتمہ بالخیر ہوگا مشکل جلد آسان ہوگی۔ (مولانا ابراہیم دہلوی)۔

دفع نسیان: اگر کوئی شخص غفلت اور نسیان کا شکار ہو تو ہر نماز کے بعد "یا رحمن یا رحیم" ایک دفعہ پڑھا کرے غفلت و نسیان دور ہو کر نماز کی محبت پیدا ہوگی۔

مشکل آسان ہو: اگر کوئی شخص (یا رحمٰن الدنیا ورحیمھا) پڑھے گا تو اس کی ہر مشکل آسان ہوگی اور کوئی ضرورت اس کی اٹکی نہ رہے گی۔

غفلت اور قساوت قلبی دور ہو:

حضرت شیخ عبدالحق محدث دہلویؒ سے منقول ہے کہ اگر ہر نماز کے بعد سو بار اس اسم کی تلاوت کرے گا اللہ تعالیٰ اس کے دل سے سختی اور غفلت دور فرمائے گا۔

بدخلقی دور ہو کر اخلاق حسنہ پیدا ہوں: اگر کوئی شخص بد اخلاق اور بدطینت ہو تو اس اسم مبارک "یارحمٰن" یا اس کے نقش کو مشک و زعفران سے لکھ کر اس شخص کے گھر میں مدفون کر دیا جائے تو اس شخص میں انشاءاللہ اخلاق حسنہ، حیا ترحم اور مسکنت و عاجزی پیدا ہو جائی گی۔ (حضرت تھانویؒ)

کثیر الفوائد و حل المشکلات

شیخ ابوالعباس البونی لکھتے ہیں کہ اگر یہ نقش شرف زحل میں لکھ کر کوئی اپنے پاس رکھے تو اللہ تعالیٰ کی مہربانی رہے۔ جو اسے دیکھے گا نرمی سے پیش آئے گا اسے بہت سی نعمتیں حاصل ہوگی۔ اگر یہ نقش پانی میں گھول کر گرمی سے بخار والے کو پلائے تو فوراً بخار دو ہوگا اور اللہ تعالیٰ اس پر نظر عنایت کرے گا۔ جس کا نام عبدالرحمٰن ہو اس کے لئے اس کا ذکر کرنا مناسب ہے۔

نقش رحمٰن مخمس ذوالکتابۃ (بونی)				
د	ح	م	ل	ن
۲	۴۶	۲۰۱	۹	۴۱
۱۰	۴۲	۳	۴۷	۱۹۷
۴۸	۱۹۸	۶	۴۳	۴
۳۹	۵	۴۹	۱۹۹	۷

شیخ موصوف نے لکھا ہے کہ حضرت خضر علیہ السلام سے روایت ہے کہ جو شخص جمعہ کے روز نماز عصر سے مغرب تک "یااللہ یارحمٰن یارحیم" کا ورد کرے تو بلاشبہ اس کی دعا قبول ہوتی ہے۔

حصول کشف: اگر کوئی شخص کامل طہارت اور شرائط کے ساتھ ترک جلالی پر کاربند ہو کر چالیس روز تک دو ہزار پانچ سو مرتبہ روزانہ تلاوت کرے انشاءاللہ اس پر اسرار منکشف ہونگے۔

دل کی غفلت و ظلمت دور ہو:

جو لوگ دنیاوی امور میں زیادہ رغبت کے سبب دینی امور میں بے رغبتی اور کاہلی کا شکار ہوں اور اس طرح اپنی جانوں پر ظلم کرتے ہوں انہیں چاہیے کہ ہر نماز کے بعد سو مرتبہ اس اسم پاک کا ورد کریں۔ دل غفلت اور ظلمت سے پاک ہو جائے گا۔

علم کے حصول میں دل لگے:

بعض بچے پڑھنے سے جی چراتے اور بھاگتے ہیں۔ اگر تعلیم میں ان کا دل نہ لگتا ہو تو ان کو یہ اسم پاک پانچ وقت روزانہ پانی پر دم کر کے پلائیں۔

مرگی کا علاج: اگر مرگی کے دورہ کے دوران ایک سانس میں چالیس دفعہ "یارحمٰن" پڑھ کر مریض کے کان میں دم کر دیں تو مریض فوراً ہوش میں آجائے گا۔

حاکم مہربان ہو: بلفظ "الرحمٰن" لکھ کر ایک سو پچاس مرتبہ "الرحمٰن" پڑھ کر اسے دم کر دیں اور اپنے پاس رکھ لیں پھر ظالم کے پاس جائیں اس کے شر سے محفوظ رہیں گے۔ (سید محمد حقی نازلی)۔

امراض سینہ و جملہ امراض کیلئے: دل کی صحت اور درد سینہ اور جملہ دیگر عوارض کیلئے یہ نقش مربع حملا و شربا کام میں لائے (گلے میں پہنے اور پانی میں ڈال کر پیئے یہ تمام نقوش اسم رحمٰن کے ہیں کوئی نقش بھی عمل میں لا سکتے ہیں۔

نقش حرفی ۷۸۶			
ر	ح	م	ن
ن	م	ح	ر
ح	ر	ن	م
م	ن	ر	ح

(بحوالہ "اسماءالحسنیٰ شرح اوراد و وظائف و نقوش")

(بقیہ صفحہ نمبر ۱۳ پر ملاحظہ فرمائیں

شافی غذائیں

سرخ پھل اور سبزیاں

سبز ترکاریوں میں قدرتی نمکیات، معدنیات، اور وٹامنز کی بھاری مقدار شامل ہوتی ہے

پھلوں میں وٹامنز اور نمکیات کے ساتھ کیلشیم، فولاد، فاسفورس، سوڈیم اور میگینیشیم ہوتے ہیں

متین صدیقی ایم اے

سبزیوں کا ذکر آتے ہی سبز ترکاریاں ذہن میں آجاتی ہیں۔ جن میں قدرتی نمکیات، معدنیات، اور وٹامنز کی بھاری مقدار شامل ہوتی ہے۔ یہ تو سبھی جانتے ہیں کہ سبز ترکاریوں میں چونکہ نمکیات اور فائبر کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔ اس لئے ان کا استعمال مفید مانا جاتا ہے۔ پھلوں میں بھی وٹامنز اور نمکیات کے ساتھ کیلشیم، فولاد، فاسفورس، سوڈیم اور میگینیشیم ہوتے ہیں جو جس کی پرورش کیلئے نہایت مفید اور اہم ہیں۔

پھل دو طرح کے ہوتے پہلی قسم رس دار پھلوں کی اور دوسری غذائی پھلوں کی ہوتی ہے۔ سنگترہ، مالٹا لیموں وغیرہ رس دار پھل ہیں۔ جبکہ کیلا، خربوزہ، انناس آم کھجور وغیرہ کا شمار غذائی پھلوں میں ہوتا ہے۔

پھلوں کے بارے میں یہ بھی کہا جاتا ہے کہ یہ کسی بڑے اور ماہر حکیم کے قیمتی معجون سے کم نہیں ہوتے۔ ان کے استعمال سے اعضائے ہضم کو تقویت حاصل ہوتی ہے اور قوت ہضم بڑھ جاتی ہے۔ پھل تازہ خون پیدا کرتے ہیں۔ سبزیاں اور پھل مختلف رنگوں کے ہوتے ہیں جن کی اپنی الگ الگ خصوصیت ہوتی ہے لیکن آج ہم سرخ رنگ کی ترکاریوں اور پھلوں کا ذکر کریں گے۔

سرخ رنگ کے پھل اور ترکاریاں بچے بھی بہت پسند کرتے ہیں، خود انسانی خون کا رنگ لال ہے۔ اور یہ رنگ (سوائے خطرہ کے نشان کے) ہمیشہ خوشی کی علامت کے طور پر استعمال ہوتا ہے۔ دلہن کیلئے سرخ لباس کا انتخاب کیا جاتا ہے۔ چہرے پر سرخی تازگی کا احساس دلاتی ہے۔ گالوں کی سرخی اور ہونٹوں کی لالی سے صحت کا اندازہ ہو جاتا ہے۔ کسی بھی چیز کی خاصیت کو اگر مزید اجاگر کرنے کے لئے الفاظ وصفات کی تکرار پیدا کی جاتی ہے۔ مثلاً ہم گاجر یا ٹماٹر کو لال لال ٹماٹر لال لال چقندر، لال لال سیب وغیرہ۔ اب ان لال لال پھلوں اور سبزیوں کی افادیت بھی سن لیجئے۔

گاجر

لال لال گاجر بے شمار خوبیوں کا مجموعہ ہے۔ اس میں وٹامن اے بی سی، فولاد، نشاستہ، اور شکر وافر مقدار میں پائی جاتی ہے۔ وٹامن اے کی بدولت بینائی کو تیز کرنے میں مدد ملتی ہے۔ اس کے استعمال سے مرض شب کوری یا رتوند نہیں ہوتا۔ جن کی آنکھوں پر چشمے لگے ہوتے ہیں اس کے مسلسل استعمال سے عینک سے چھٹکارہ پا سکتے ہیں۔ کھانا کھانے کے بعد اگر ایک گاجر کھالی جائے تو یہ نقصان دہ جراثیم اور منہ کی بدبو کو دور کرنے میں مفید ہے۔ گاجر دانتوں میں چمک بڑھاتا ہے۔ گاجر کو چبا چبا کر کھانے سے قبض دور ہوتی ہے۔ کیونکہ اس میں فائبر شامل ہوتا ہے۔ اس لئے آنتوں کی صفائی بہتر طور پر ہو جاتی ہے کہا جاتا ہے کہ اگر گاجر کے رس میں نصف مقصدار میں پالک کا رس ملا کر اس میں تھوڑا سا نمک اور زیرہ ملا کر شوگر کے مریض کو استعمال کرایا جائے۔ تو شوگر کنٹرول میں رہتی ہے۔ گاجر کے رس میں مصری اور کالی مرچ ملا کر پینے سے کھانسی دور ہوتی ہے۔ اکثر لوگ منہ میں چھالے آنے کی وجہ شکایت کرتے ہیں۔ چھالوں کو دور کرنے کے لئے ایک کارگر طریقہ یہ ہے کہ گاجر کا رس منہ میں چاروں طرف گھما کر پی لیا جائے۔ چہرے پر مہاسے ہوں یا جسم پر پھوڑے پھنسیاں، گاجر استعمال کرنے والے اس مرض سے دور رہتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اسے جلدی امراض میں مفید سمجھا جاتا ہے۔ اور گھریلو خواتین اسے بطور ٹونر بھی استعمال کرتی ہیں۔ گاجر سے خون صاف ہوتا ہے اور چہرے پر نکھار آتا ہے۔ پتھری کی شکایت والے مریض روزانہ ایک گاجر کھائیں تو یہ مرض دور ہو جائے گا۔ اور پیشاب کھل کر آئے گا۔ مرض یرقان میں بھی اس کا رس مفید مانا گیا ہے۔ گاجر دماغی اور جسمانی طاقت پہنچا کر سکون اور طبیعت میں پھرتی پیدا کرتی ہے۔ گاجر ہمیشہ تازہ اور گہرے رنگ کی استعمال کرنا چاہیے۔ اس کا رس استعمال کرتے وقت برف استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ اگر ضروری ہو تو اس میں تھوڑا سا شہد یا ادرک، کالی مرچ کا امتزاج کر کے اس کو مزے دار بنایا جا سکتا ہے۔

ٹماٹر

لال ٹماٹر دیکھنے میں ہی بھلے لگتے ہیں۔ ان کو دیکھ کر ہر کسی کا دل چاہتا ہے کہ ان کو کھا لیا جائے۔ خاص طور پر بچے ٹماٹر کو بہت پسند کرتے ہیں۔ ٹماٹر کا رس بچوں کیلئے بہت مفید ہوتا ہے۔ اس سے بچوں کی پرورش ہوتی ہے اور ان کے دانت مضبوط ہوتے ہیں۔ ٹماٹر خواتین کے دودھ میں اضافہ کرتا ہے۔ ایسی خواتین جو شیر خوار بچوں کی مائیں ہیں ٹماٹر کھلا کر اپنے بچوں کو تندرست اور طاقتور بنا سکتی ہیں۔

ٹماٹر بھوک لگاتا اور کھانا ہضم کرتا ہے ٹماٹر کا رس پینے سے کئی قسم کی بیماریاں دور ہو جاتی ہیں۔ خون کی کمی، چہرے اور آنکھوں کی زردی (یرقان) زیادہ موٹاپا، ٹماٹر کا رس پینے سے دور ہو جاتا ہے ٹماٹر میں وٹامن اے بی اور سی کے علاوہ معدنی نمکیات اور فولاد بھی پایا جاتا ہے۔ جسم میں قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔ یہ قبض کشا ہوتے ہیں۔ اور آنتوں کو طاقت دیتے ہیں۔ گردے کے مریضوں کو ٹماٹر استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ اور ایسے مریض جن میں ترشی نہ بنتی ہو۔ ان لوگوں کو بھی ٹماٹر کھانے میں احتیاط کرنا چاہیے۔ خاص طور پر نزلہ زکام، کھانسی کے وقت ٹماٹر کم استعمال کرنے چاہیں۔

چقندر

چقندر میں وٹامن بی اور سی کے علاوہ کیلشیم، فاسفورس اور فولاد بھی پایا جاتا ہے۔ اسے کھانے سے جسم کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ ہاضم ہے جگر کے فعل کو درست کرتا ہے۔ تلی کیلئے مفید ہے سر درد کو دور کرتا ہے۔ آج کل یورپ میں چقندر کو کینسر روکنے کیلئے مفید سمجھا جا رہا ہے۔ فرانس کے معالج روزانہ ایک کلو چقندر کھانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ چقندر قبض کشا ہے، ورموں کو دور کرتا ہے۔ اور ریاح کو تحلیل کرتا ہے۔ اس میں غذائیت بہت ہوتی ہے۔ اس کے پتوں کا ساگ بھی پکا کر کھایا جاتا ہے۔ اور بعض لوگ اس میں تھوڑی سی دال مسور بھی ڈال لیتے ہیں۔ خارجی استعمال میں چقندر ابال کر ان کا پانی سر کی خشکی اور سر درد کی بھوسی دور کرنے کیلئے استعمال ہوتا ہے۔ اس سے بال لمبے اور نرم ہو جاتے ہیں۔

سیب

انگریزی کی ایک کہاوت ہے۔ کہ ایک سیب روزانہ کھانے والے کو طبیب کی ضرورت نہیں رہتی۔ اس کا شمار بہترین پھلوں میں ہوتا ہے۔ اگر یہ سرخ اور میٹھا ہو تو اس کی افادیت اور بڑھ جاتی ہے۔ تاثیر کے لحاظ سے سیب گرم و تر ہے۔ اس کے استعمال سے دل، دماغ اور جگر کو قوت ملتی ہے۔ خون کی مقدار میں اضافہ ہوتا ہے اور ہاضمہ کو تقویت ملتی ہے۔ مختلف امراض خاص طور پر پیچس ٹائیفائیڈ، تپ دق اور کھانسی میں سیب کا رس فائدہ بخش ہے سیب میں وٹامن بی اور سی پورے تناسب سے پائے جاتے ہیں۔ طبی نقطہ نظر سے یہ دونوں وٹامنز جسمانی ترقی اور صحت کے قیام اور زندگی کی بقا کیلئے از حد ضروری ہیں، دماغی کام کرنے والے اگر اس کا باقاعدہ استعمال جاری رکھیں تو دماغی تھکن کا احساس نہیں ہوگا۔ فاسفورس دماغ کی اصلی غذا ہوتی ہے۔ سیب میں فاسفورس کے ساتھ فولاد بھی ہوتا ہے۔ ایسے بچے جن میں فولاد کی کمی ہے۔ سیب کا استعمال کر کے اس کمی کو دور کر سکتے ہیں۔ خواتین کو خصوصیت کے ساتھ سیب زیادہ مقدار میں کھانے چاہیں۔ بچہ کی پیدائش سے قبل سیب کا

استعمال کرنے والی خواتین بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہتی ہیں۔ چھ ماہ کی عمر کے بچے کو عمدہ قسم کے شیریں سیب کی ایک دو قاشوں کا رس پلانا اس کی تندرستی میں حیرت انگیز اضافہ کا باعث ہے۔ جن بچوں کے دانت آسانی سے نہیں نکلتے انہیں تازہ سیب کی ایک قاش روزانہ ضرور دیں اس سے بچے کے مسوڑھے کی تکلیف دور ہو جائے گی۔ اور دانت آسانی سے نکل آئیں گے۔ جدید تحقیق کے مطابق سیب میں وٹامن کے بہترین اجزاء اس کے چھلکے میں ہوتے ہیں اس لئے سیب کو چھلکے سمیت کھانا چاہیے۔ اس سے زیادہ فائدہ حاصل کرنے کیلئے سیب کو خوب چبا کر کھائیں۔ تا کہ یہ اجزاء اس کے چھلکے نمکیات میں چونکہ سوڈیم کچھ کم ہوتا ہے۔ اس لئے اس سے بلڈ پریشر نہیں بڑھتا۔ یہ آسانی سے ہضم بھی ہو جاتا ہے۔

انار یہ ایک نہایت خوش مزہ رسیلا پھل ہے۔ مزے کے لحاظ سے یہ کھٹ میٹھا، میٹھا اور کھٹا تین قسم کا ہوتا ہے۔ قندھاری انار جس کے دانے سرخ یاقوتی ہوتے ہیں۔ رسیلا چاشنی دار ہوتا ہے۔ پرانے طبیب حضرات انار کے غذائی اور دوائی فائدے سے اچھی طرح واقف تھے۔ اب جدید تحقیق بھی اس کی تصدیق کرتی ہے۔ چنانچہ انار میں گوشت کے اجزاء (پروٹین) شکر، چونا (کیلشیم) فولاد اور فاسفورس جیسے کار آمد اجزاء پائے جاتے ہیں۔ جو خون کی پیدائش اور بدن کی پرورش میں کام آتے ہیں اور خون کی حالت درست رکھتے ہیں ان سب باتوں نے اس پھل کو غذائی اور دوائی دونوں اعتبار سے مفید پھل بنا دیا ہے۔

اس کا چاشنی دار رس طبیعت میں خوشی پیدا کرتا ہے۔ پیاس بجھاتا ہے۔ اور ساتھ ہی بدن کو اچھی غذائیت بھی دیتا ہے۔ صفراوی اور خونی بخاروں میں جب مریض کیلئے ٹھوس غذاؤں کا استعمال مناسب نہیں ہوتا انار کا رس پیاس کو بجھاتا ہے۔ اور حرارت کو کم کرتا ہے۔ اگر صفراوی کو تے اور متلی کی شکایت ہو دست آرہے ہوں تو بھی اس کے استعمال سے بند ہو جاتے ہیں۔ کھٹ میٹھا اور کھٹا انار غذا کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ ان کے دانوں کو سکھا کر چٹنیوں میں ملاتے ہیں جو ہضم غذا کیلئے کھائے جاتے ہیں اگر آپ چاہیں تو انار دانہ پچاس گرام، سونٹھ زیرہ سفید، نمک سیاہ، ہر ایک دس گرام کوٹ کر یک جان کریں۔ کھانے کے بعد اس لذیذ چورن کا چٹکی چٹکی بھر استعمال غذا کو ہضم کرتا ہے۔ اور بھوک خوب لگاتا ہے۔ شربت انار نہایت ٹھنڈا اور مفرح ہوتا ہے۔ بخار اور شدید پیاس کی حالت میں ٹھنڈک پہنچاتا ہے۔ معدے اور جگر کی کمزوری دور کر کے طاقت بخشتا ہے۔ خون بکثرت پیدا کرتا ہے۔ پیشاب کی جلن اور دل کی بے چینی دور کرتا ہے۔

توجہ طلب

لفافے میں رقم ہرگز نہ بھیجیں، رقم بذریعہ منی آرڈر بھیجتے وقت منی آرڈر اور کی تفصیل اپنے مکمل پتے کے ہمراہ دفتر ماہنامہ ''عبقری'' لاہور کے پتے پر ارسال

حفظان صحت:

منہ کا السر

منہ کا السر بچپن میں شاذ ہی ہوتا ہے۔ لیکن بڑے ہونے کے بعد اس سے بہت واسطہ پڑتا ہے۔ منہ کے السر کی ابتداء میں سنسناہٹ اور جلن محسوس ہوتی ہے۔ پھر منہ میں سرخ گلٹی بن جاتی ہے جو السر یا زخم کی شکل کی اختیار کر لیتی ہے۔

قلاعی السر (APHTHOUS ULCERS) سب سے زیادہ عام ہے۔ جو چھوٹے، سفیدی مائل بہت نازک اور تکلیف دہ زخم یا ناسور ہوتے ہیں جن کے اردگرد سرخ نسیجوں (ٹشوز) کا ایک حلقہ بن جاتا ہے یہ السر زبان، مسوڑھوں یا گال کے اندورنی حصے میں اور اکثر ہونٹوں میں بنتا ہے۔ جس سے بولنے اور کھانے پینے میں دقت ہوتی ہے۔ بعض اوقات شدید مسائل بھی پیدا ہوتے ہیں۔

برطانیہ کے اعداد و شمار کے مطابق وہاں ہر تین میں سے دو کو یہ تکلیف ہو جاتی ہے۔ اس کے کئی وجوہ ہیں۔ جن میں ایک یہ بھی ہے کہ گال کا اندرونی حصہ دانتوں کے نیچے آ جائے۔ اور کٹ جائے۔ کسی غذا سے الرجی اور حیاتین ب ۱۲ فولک، ایسڈ، فولاد یا جست کی کمی بھی السر کی وجہ ہو سکتی ہے

بعض خواتین کو ماہواری کے دوران میں السر کی شکایت ہوتی ہے لیکن زیادہ تر یہ اچانک اور بغیر کسی ظاہری وجہ کے ہوتے ہیں۔ بہتر یہ ہوگا۔ کہ قلاعی السر کو چھیڑنے کے بجائے انہیں خود ہی ٹھیک ہونے دیا جائے۔ لیکن اگر درد شدید ہو تو معالج سے مشورہ کرنا چاہیے۔ یہ خیال رہے کہ ضد ہیوی ادویہ (اینٹی بایوٹکس) اور کلی یا غرغرے والی مانع عفونت دوائیں مناسب نہیں۔ یہ السر بیکٹیریا کو جو معمول کے مطابق منہ میں رہتے ہیں ان دواؤں سے تلف کر دیا جائے تو منہ کی بافت کے لئے تکلیف دہ تعدیے (انفیکشن) کا خطرہ پیدا ہو سکتا ہے۔ تاہم بعض معالج ٹیٹرا سائیکلین ماؤتھ واش تجویز کرتے ہیں جسے ایک وقت میں پانچ منٹ تک منہ میں لئے رہنا چاہیے۔

السر کا علاج نہ کیا جائے تو عموماً یہ چند روز بعد بہتر ہو جاتے ہیں اور تین ہفتے میں غائب ہو جاتے ہیں۔ لیکن اکثر یہ دوبارہ پیدا ہو جاتے ہیں۔

کافی بڑی تعداد میں لوگوں کو یہ شکایت بھی ہوتی ہے کہ ہونٹوں کے آس پاس پھنسیاں نکل آتی ہیں۔ اس شکایت کو تبخال کہتے ہیں۔ تبخال کے وائرس کی وجہ سے اکثر منہ کے اندر بہت سے تکلیف دہ ذخم بن جاتے ہیں۔ خصوصاً جب اس وائرس کا جس پر حملہ پہلی بار ہوتا ہے۔ یہ تعدیہ عموماً خود بخود ٹھیک ہو جاتا ہے اور ہمیشہ کے علاج کی ضرورت نہیں ہوتی لیکن اس کا زور تو معالج سے مشورہ کر ہی لینا چاہیے۔

تبخال کا السر ایک سے دوسرے کو لگ سکتا ہے۔ لہذا احتیاط کرنا چاہیے۔ اگر منہ کا السر تین ہفتے سے بھی زیادہ رہے یا سال میں تین چار بار سے بھی زیادہ لوٹ کر آئیں یا ان کا تعلق بخار، اسہال درد سر جلدی پھٹوں یا بیماری کے عام احساس جیسی علامات سے ہو تو معالج سے مشورہ کریں، کیونکہ کبھی کبھار یہ السر شدید نوعیت کی خرابی کے نشان دہی کرتے ہیں جن میں منہ کا سرطان اور ایڈز بھی شامل ہیں۔

مروجہ دواؤں کے علاوہ کچھ گھریلو طریقے بھی منہ کے السر کے علاج کے لئے تجویز کئے جاتے ہیں۔ ایک علاج یہ ہے کہ کیتلی میں دس ٹی بیگ ڈال کر ان پر کھولتا ہوا پانی ڈالئے اور آدھے گھنٹے تک دم دیجیے۔ پھر اس میں سے آدھی پیالی نکال کر منہ میں ڈالئے۔ اور پانچ منٹ تک گھماتے رہیے۔ پھر تھوک دیجیے یہ عمل دن میں چار بار کیجئے۔ اگر السر دیر تک رہے۔ جس کی وجہ سے کوئی طبی خرابی ہو تو چائے دانی میں ایک چمچہ پسی ہوئی ادرک اور تین چمچے دار چینی ڈال کر اس پر کھولتا ہوا پانی ڈالیے۔ اور بیس منٹ تک دم دیجئے۔ دم کے دوران اس میں ایک چھوٹی کٹی ہوئی مولی اس میں ملائیے۔ پھر اسے چھان کر دو دو گھنٹے کے وقفے سے ایک پیالی پیجئے۔

بچوں کے لئے پالک کے پتے اور پسی ہوئی ملیٹھی کو پانی میں دس منٹ جوش دے کر ایک چائے کا چمچہ ہر چار گھنٹے بعد مناسب رہے گا۔ السر کے دوران میں گاجر انگور اور ترش پھل خوب کھائیے۔ (طبیب مشرق کے قلم سے)

اگر کوئی تم پر ظلم کرے تو اسے معاف کر دو (حضرت علیؓ)

روحانی بیماریوں کا مسنون روحانی علاج

(کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں)

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط بھیجتے وقت اضافی گوند یا ٹیپ استعمال نہ کریں اور نہ ہی زیادہ پن لگائیں کیونکہ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

مصیبت زدہ عورت

(ش-ح/نامعلوم)

السلام علیکم !

آداب عرض ہے کہ آپ خیریت سے ہونگے۔ میں ایک مصیبت زدہ عورت ہوں جس کی پریشانی ختم ہونے کا نام نہیں لیتی نہ گھر نہ رزق اور تین سال سے بہت پریشان ہوں اگر سونے کو ہاتھ لگاؤں تو وہ بھی مٹی بن جاتا ہے۔ اور میرے شوہر کے بڑے بھائی نے ہمارا ایک لاکھ دینا ہے۔ وہ بھی نہیں دیتے۔ اور میرے شوہر کے ماموں نے بھی تین لاکھ دینے ہیں وہ بھی نہیں دیتے۔ جس سے بھی مانگتے ہیں کہ ہمارے پیسے دیں کہتے ہیں کہ ابھی ہمارے پاس نہیں ہیں۔ مجھے میرے شوہر کی بہن نے آپ کا بتایا کہ آپ میری اس مشکل کا حل بتائیں گے۔ اس لئے میں آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ میں اس وقت اتنی مشکل میں ہوں کہ اپنے بچوں کو روٹی بھی نہیں دے سکتی۔ میرے شوہر اتنے بھولے ہیں کہ ہر کسی کی باتوں میں آجاتے ہیں۔ اور جو لوگ کہتے ہیں ویسا ہی کرتے ہیں۔ میرے تین بچے ہیں۔ ہم کرائے کے مکان میں رہتے ہیں۔ اور اس کا کرایہ تین ہزار پانچ سو روپے ہے۔ اور میرے شوہر کی تنخواہ تین ہزار روپے ہے۔ مجھے کچھ ایسا بتائیے کہ جس سے میرے مشکل دور ہو جائے اور جنہوں نے ہمیں میرے پیسے دینے ہیں وہ مجھ یدے دیں اور مکان بھی مل جئے جب میں اپنے شوہر سے کہتی ہوں کہ اپنے بھائی سے اور ماموں سے پیسے لیں تو وہ میرے سے لڑائی شروع کر دیتے ہیں۔

اور ہماری زمین بھی ہے لیکن وہ میرے شوہر کے بھائی کے پاس ہے۔ وہ بھی زمین نہیں دیتے اور میرے بچے روٹی کو ترس جاتے ہیں۔ اور میرے شوہر کے بھائی آرام سے کھاتے ہیں۔ میرا ایک ہی بیٹا ہے جو پڑھنے کا نام ہی نہیں لیتا جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں جبکہ میری دو بیٹیاں قرآن حفظ کر رہی ہیں۔ اس کو بھی سبق یاد نہیں ہوتا۔ بیٹے کی عمر چودہ سال بڑی بیٹی کی عمر پندرہ سال اور چھوٹی بیٹی کی عمر ۸ سال ہے۔

آپ ایسا کچھ بتائیے کہ میرے مشکل دور جائے۔ اور میں اپنے بچوں کو روٹی کھلا سکوں اور سکون کی زندگی گزار سکوں میں اور میرا شوہر دونوں بیمار رہتے ہیں۔ اور مجھے دو انمول خزانے بھجوادیں پہلے بھی خط لکھا تھا لیکن جواب نہیں ملا۔

میری ایک بہن ہے ابھی کوئی شادی کی بات چیت نہیں ہوئی۔ جس کی وجہ سے والدہ بہت پریشان ہے۔ کچھ ایسا بتائیں تاکہ میرے بہن کے لئے رشتہ آجائے۔

» **جواب:** آپ یہ خاص عمل کریں۔ ا ابار ہر نماز کے بعد

حضرت ابراہیمؒ بن ادہم کی خاص دعا

"یا من لہ وجہ لا یبلی ونور لا یعفی واسم لا ینسی وباب لا یغلق وستر لا یھتک وملک لا یفنی اسئلک واتوسل الیک بجاہ محمد ﷺ ان تقضی حاجتی وتعطینی مسائلتی"

(حیوۃ الحیوان ص ۳۷ جلد ۱)

مہمان نے جادو کر دیا

(ن-ح/کراچی)

محترم عبقری صاحب

السلام علیکم!

امید ہے کہ بفضل تعالیٰ آپ اور آپ کے اہل وعیال ٹھیک ہونگے۔ میں آج اپنے ایک مسئلے کے لئے آپ کو خط لکھ کر زحمت دے رہی ہوں ہم اس سے پہلے دو مرتبہ آپ سے مل چکے ہیں۔ آپ نے ہمیں دو انمول خزانہ دیا تھا۔

میرا نام (ن، ح، چوہدری) ہے اور والدہ کا کا نام (ص، ن) ہے۔ یہ آج سے پندرہ سال قبل کی بات ہے کہ میرے چچا، م، ص، اپنے ایک دوست کے ہمراہ ہمارے گھر بطور مہمان تشریف لائے۔ اس رات والد صاحب گھر پر نہ تھے۔ انہیں علیحدہ کمرہ ٹھہرانے کے لئے دیا گیا۔ رات ساڑھے دس بجے والدہ نے لان کی طرف کا دروازہ کھلنے کی آواز سنی انہوں نے وہم سمجھ کر نظرانداز کر دیا۔ اس کمرے کے ساتھ ایک اسٹور بھی ہے۔ صبح کو چچا اور ان کے دوست صبح ہی نکل گئے۔ جب امی نے اسٹور میں صفائی کرائی تو وہاں پر اٹیچی کیس میں سڑی ہوئی اشیاء برآمد ہوئیں۔ جن سے ہولناک بو آرہی تھی۔ لان میں آم کے درخت کے نیچے راکھ کا ڈھیر تھا۔ ایسا معلوم ہوتا تھا جیسے کافی کچھ جلایا گیا ہے۔ اس واقعے کے بعد ہمارے گھر میں خون گرنے لگا۔ الماری میں کھلے کپڑوں پر اٹیچی کیس میں بند کپڑوں پر خون گرتا جس کے بعد ہم وہ کپڑے پھینک دیتے۔ محترم اس واقعے کے بعد صورت حال یہ ہوگئی کہ ہم تینوں بہنیں ذہنی طور پر بیمار ہو گئیں۔ مجھے نفسیاتی دوائیاں کھاتے ہوئے۔ پندرہ سال ہو گئے ہیں۔ ڈاکٹر جنون Mania بتاتے ہیں۔ میری علامات یہ ہیں۔

(ا) شدید گھبراہٹ، بے چینی، دل کا زور سے دھڑکنا، دماغ میں ہر وقت خیال سوار رہتے ہیں۔ یہ خیالات ایک کے بعد دوسرے اور تیسرے آتے رہتے ہیں۔ مجھے شہوت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ ہر وقت سیکس کے متعلق سوچتی ہوں حالانکہ میرا کردار برا نہیں۔ صوم وصلوۃ کی پابند ہوں میرے معدے میں شدید تیزابیت رہتی ہے۔ جس کا کوئی علاج کرایا ہے مگر کوئی فرق نہیں پڑا اب کھانا صرف دودھ اور رس کھاتی ہوں۔ قبض بہت شدید ہے۔ اب چار ماہ سے مجھے ماہواری میں شدید درد ہوتا ہے اور چھاتی میں بھی درد ہوتا ہے۔

بیماری کی وجہ سے مجھے اتنی کمزوری اور جسم میں اتنا درد ہے کہ میں چل پھر بھی نہیں سکتی۔ ہر وقت بستر پر لیٹی رہتی ہوں۔

محترم صاحب ہم نے بڑی جگہ سے روحانی علاج کرایا ہے مگر کوئی کامیابی نہیں ہوئی ہے وقت گزر رہا ہے اور حالات بگڑ رہے ہیں صورتحال یہ ہے کہ میرے والدین میں تین مرتبہ علیحدگی ہو چکی ہے۔ اب دونوں اکٹھے تو رہتے ہیں مگر والد صاحب مسلسل لڑتے ہیں ہم تینوں بہنوں کو ایک کے بعد دوسری اور تیسری بیماری کا سامنا ہے۔ حالانکہ دو انمول خزانے اور منزل باقاعدگی سے پڑھتے ہیں۔ میرے

دونوں والدین ڈاکٹر ہیں مگر کوئی مریض نہیں آتا رزق پر بھی بندش ہے ہم تینوں بہنیں جوان ہیں۔ مگر کوئی رشتہ نہیں آتا۔ ہم لوگ دوائیوں پر ہر ماہ ہزاروں روپے خرچ کرتے ہیں۔ مگر دوائیوں سے فائدہ نہیں ہوتا۔

میری آپ کو بھائی جان کہہ کر گزارش ہے کہ مجھ تکلیف زدہ کا علاج کریں تعویذ پینے کے اور پہننے کے روانہ کریں۔ میری ماہواری کی تکلیف کا خاص طور پر علاج بتائیں۔ ہم بہت مجبور اور بے بس اس لئے آپ کو زحمت دی ہے کہ پڑھنے سے تو فرق نہیں پڑتا البتہ مسائل اور الجھنیں اور پریشانیاں بڑھی جا رہی ہیں اگر آپ مہربانی فرمائیں تو ہمیں کسی عامل کا بتا دیں ایک بزرگ نے استخارہ کر کے بتایا تھا کہ ہمارے اوپر رزق کی بندش، شادی کی بندش، تعلیم کی بندش، محبت کی بندش، اور غرض ہر طرح کا جادو ہے محترم میں ہر طرف سے مایوس ہو کر آپ کی خط لکھ رہی ہوں خدا کے لیے ہماری مدد کریں۔ والسلام

» جواب:

جادو کے توڑ کے لئے ایک طاقتور علاج

جادو کے توڑ کے لئے درج ذیل آیات کا وظیفہ تلقین فرماتے ہیں جو بے حد مفید اور مجرب ہے۔

"فوقع الحق وبطل ما كانو يعملون ،،فغلبو هنالک وانقلبوا صغرين ،،والقى السحرة ساجدين،وقالوا آمنا برب العالمين،ورب موسى وهارون" (سورة الاعراف)

"فلما القوا قال موسى ماجئتم به السحر ان الله سيبطله ان الله لا يصلح عمل المفسدين ويحق الله بكلمته ولو كره المجرمون" (یونس آیت ۸۲،۸۱)

"والق مافى يميں ک تلقف ماصنعوا ط انما صنعوا كيد سحرط ولايفلح الساحر حيث آتى ،،فالقى السحرة سجدا قالوا آمنا برب هارون وموسى" (طه، ۶۹ . ۷۰) ان آیات کو صبح شام تین تین بار پڑھ لیا جائے۔ دم کرنا اور پانی پر دم کر کے چھڑکنا بھی مفید ہے۔ ہم نے ایک چھوٹے سے کارڈ پر ان آیات کو لکھ لیا ہے۔ مجاہدین اس کا کارڈ کو جیب میں رکھتے ہیں۔ اور نماز فجر کے بعد پڑھتے ہیں۔

وہ لوگ جو جادو کے شدید وہم میں مبتلا ہیں۔ وہ اگر ان آیات کا ترجمہ پڑھیں تو انہیں انشاء اللہ افاقہ ہو گا۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کے زمانے میں جادو عروج پر تھا۔ جب ان جادوگروں کو اللہ تعالیٰ نے ناکام فرما دیا تو اس زمانے کے جادوگر کس کھاتے میں آتے ہیں حضرت موسیٰؑ کے مقابلے میں جادوگر نہ ٹھہر سکے اور ایمان لائے۔

درخت سے تعویذ نکلا

حکیم صاحب! السلام علیکم!

آپ کے مریدوں کے ذریعے ہمیں آپ کے فیض کے بارے میں علم ہوا تو ہم نے بھی آپ کے پاس اپنے مسائل پیش کرنے کا ارادہ کیا۔

ہمارے گھر میں میرے دادا ابو کے تین بیٹے تھے۔ ایک میرے ابو اور دو میرے چچے میری امی اور بڑے چچو کی بیگم دونوں بہنیں ہیں ہیں ہم چار بہنیں اور دو بھائی ہیں اور چھوٹے چاچو (خالہ) کے دو بیٹیاں او ردو بیٹے ہیں اور میرے دوسرے چاچو کی شادی غیروں میں ہوئی ہے۔ ہمارے گھر میں ایک دریک کا درخت تھا۔ ایک دفعہ اس درخت پر سے شاخیں اتریں تو اس میں سے ایک تعویز بھی جو کہ گھلا سڑا ہوا تھا۔ اور پڑھنے کے قابل نہیں تھا۔ یہ تعویز سبز رنگ کے کپڑے میں بندھا ہوا تھا۔ اور میرے ابو نے پکڑ کر باہر نالی میں پھینک دیا۔

اس کے بعد میرے ابو بیمار ہونا شروع ہو گئے اور ان کو رات میں باہر کی ہوائی چیزیں تنگ کرتیں تھیں۔ اور تین ماہ مسلسل ہسپتال میں داخل رہنے کے بعد ۱۴ مارچ ۱۹۹۷ء کو انتقال کر گئے۔

اس سے پہلے ۱۹۹۱ء میں میرے دادا ابو ہارٹ اٹیک سے انتقال کر گئے۔ ابو کے انتقال اور میرے چچاؤں نے ہماری ذمہ داری اپنے ذمہ لے لی۔ ابو کے انتقال کے بعد میرے چچا نے درخت کٹوا دیا اور کسی اہل علم سے ہوائی چیزوں کو بھی گھر سے نکال دیا۔ اس کے بعد حالات کچھ بہتر ہو گے۔ پھر ۲۰۰۱ء میں میرے چچا کی بیٹی بھی فوت ہو گئی ۲۰۰۳ء میں میرے چھوٹے چچا کی شادی غیروں میں ہوگئی اور اس کے بعد سے کاروبار بالکل ختم ہو گیا۔

میرے چچا ڈرائیور ہیں اور انہوں نے گاڑی خریدی تھی جو کہ چھوٹے چچا کی شادی پر بیچ دی اور اس کے بعد آج تک کوئی کاروبار نہیں کرتے اس کے بعد میری امی ڈیڑھ سال سے بیمار رہنے کے بعد ۱۵ جنوری ۲۰۰۵ء کو انتقال کر گئیں۔ اب میرے بڑے چچا (خالو) اور خالہ ہمارے سرپرست ہیں۔ چچا کا کوئی کاروبار نہیں ہے۔ اور ہم دس بچے ان کی زیر کفالت ہیں۔ چھوٹے چچا سعودیہ میں بمعہ فیملی ہوتے ہیں۔ اور گھر میں ہمیں کوئی خرچہ وغیرہ نہیں دیتے۔ جب سے ان کی شادی ہوئی ہے۔

مندرجہ بالا حالات کے مطابق ہمارے گھر میں ۴، ۵، ۶، سال کے اندر فوتگیاں ہوئیں۔ اس کے علاوہ ہمارے گھر میں ابھی ابھی ہوائی چیزیں ہیں اور رات کو سوتے ہوئے۔ خاص کر مجھے دباتی ہیں۔ اور منہ پر تھپڑ مارتی ہیں اور ہمیں اپنے ہی گھر سے خوف محسوس ہوتا ہے۔ اور ڈراؤنے خواب آتے ہیں۔ امی ابو خواب میں آتے ہیں۔

بڑے چچو کا کاروبار نہیں ہے اور چھوٹے چاچو کی شادی ہوئی ہے۔ انہوں نے خرچ دینا بند کر دیا ہے۔ ان کی بیوی خرچ سے منع کرتی ہے۔

پہلے امی کے دائیں کندھے کی طرف درد ہوتی تھی، اب آنٹی کے بھی درد ہونا شروع ہو گیا ہے۔ ہمارے گھر سے مکمل بیماری ختم نہیں ہوتی، بچے بھی آپس میں لڑتے ہیں۔ اور پڑھائی کی طرف توجہ نہیں دیتے۔ میرے امی اور خالہ یہ آٹھ بہنیں اور بھائی تھے ۱۹۹۷ء میں میرے بڑے ماموں باہر جا رہے تھے ان کے پاؤں میں کالی ہانڈی آ کر گری اور رات کو وہ ہارٹ اٹیک سے وفات پا گئے۔

آج سے دو سال پہلے میرے چھوٹے ماموں نے آم کے درخت میں ایک تعویز نکالا جس پر سارے گھر والوں کے دس نام لکھے ہوئے تھے جن کے آگے دل بنا کر اس میں تیر لگائے گے تھے۔ یہ تعویز کسی کو دکھایا تو انہوں نے بتایا کہ اس لئے ہے کہ تمام گھر والے آہستہ آہستہ فنا ہو جائیں اور ۲۰۰۳ء میں میرے نانا ابو بھی ہارٹ اٹیک کی وجہ سے وفات پا گئے۔ اور دو سال بعد میری امی بھی ہارٹ اٹیک سے فوت ہو گئیں۔

» جواب:

آپ یہ دونوں عمل مستقل کریں: پہلا عمل جادو توڑ کیلئے ایک طاقتور علاج اسی رسالہ میں اوپر درج ہے۔

جادو سے بچاؤ کا ایک مسنون ومحبوب عمل

صبح منہ نہار عجوہ کھجور کے سات دانے کھانا جادو کا بہترین علاج ہے۔ حضور پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو صبح کے عجوہ کے سات دانے کھائے گا اسے اس دن جادو اور زہر نقصان نہیں پہنچا سکے گا۔ (کمافی روایۃ البخاری)۔

بیماریوں کے علاج کیلئے ایک عجیب ونافع تحفہ

قرآن پاک کی چھ آیات جن میں شفاء کا تذکرہ ہے۔ دم کر کے تعویز پلانے تعویز بنا کر باندھنے، پانی پر دم کر کے پلانے اور بطور ورد بتانے الغرض ہر طریقے سے ہر بیماری کیلئے نفع مند ہیں۔ تعویز بنانے کی صورت میں پہلے سورۂ فاتحہ اور آخر میں درود شریف بھی لکھ لیا جائے۔

۱۔ و يشف صدور قوم مومنين ت (توبہ، ۱۴)

۲۔ و شفاء لما فى الصدور (یونس، ۵۷)

۳۔ يخرج من بطونها شراب مختلف الوانها فيه شفاء للناس (النحل، ۶۹)

۴۔ وننزل من القرآن ما هو شفاء و رحمة للمومنين (الاسراء، ۸۲)

۵۔ واذا مرضت فهو يشفين (الشعراء، ۸۰)

۶۔ قل هو للذين آمنو هدى و شفآء (حم السجدہ، ۴۴)

ان آیات کے استعمال کے درج ذیل طریقے مفید ومجرب ہیں۔

۱۔ مریض خود ان آیات کو پڑھ کر اپنے او پر دم کرے۔

۲۔ کوئی اور پڑھ کر مریض پر دم کرے

۳۔ پانی پر دم کر کے دیں مریض اس پانی کو سات دن پیئے۔

۴۔ تعویز بنا کر دیں کہ اس تعویز کو پانی میں ڈال کر وہ پانی سات دن تک پئیں۔ کم ہونے کی صورت میں اور پانی ملاتے رہیں۔

۵۔ سخت ضرورت کے تحت چند دن تک تعویز بنا کر باندھیں۔

ہاضمے کی دوا ایک چینی سائنس دان کا تحفہ

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

چند سال پہلے کی بات ہے کچھ دوست مہمان ہوئے وجہ آمد یہ بتائی کہ یہاں ایک بڑے ہوٹل میں میڈیکل سائنس کا عالمی سیمینار ہے اندرون بیرون ملک سے ماہرین جمع ہورہے ہیں۔ ہمیں بھی اس میں مدعو کیا گیا ہے۔ تین روزہ سیمینار جب ختم ہوا اور دوستوں سے تفصیلی احوال کی نشست ہوئی جہاں انہوں نے سائنسی انکشاف بیان کیے وہاں ایک چینی سائنسدان کے حوالے سے یہ عجیب بات بھی بتائی کہ چائے کے وقفے پر ہماری کرسی کے ساتھ ایک چینی سائنسدان بیٹھا ہوا تھا۔ وہ ہربل فارماکالوجی میں عالمی شہرت رکھتا تھا۔ مختلف جڑی بوٹیوں اور بیماریوں کے حوالے سے بات چیت چلی تو موصوف کہنے لگے کہ میں نے تین ایسی چیزوں پر مسلسل سالہا سال تحقیق کی ہے جو کہ معدہ کی اور جگر کی بیماریوں کیلئے میرے خیال میں آخری علاج ہے۔

مزید میں نے اسکو مختلف ملکوں میں اور انکی آب و ہوا میں مختلف مذاجوں میں اور مختلف طبیعتوں میں حتیٰ کہ مختلف رنگ کے لوگوں میں بھی یہ دوا بارہا آزمائی نہایت مفید موثر ثابت ہوئی۔ پھر میں نے اس کے سائیڈ ایفکٹ کو چیک کرنے کیلئے پہلے پہل بندروں خرگوشوں اور چوہوں پر آزمایا اس بات کی حقیقت سے مجھے انکار نہیں کسی بھی دوا کا اگر کوئی فائدہ ہوتا ہے تو اس کے مابعد اثرات کم یا زیادہ ضرور ہوئے ہیں۔ لیکن میں اعتماد اور وسوخ سے یہ بات کہتا ہوں۔ کہ اس نسخہ کے اندر اور ان تین دواؤں میں کسی بھی قسم کی کوئی تکلیف دینے والی چیز نہیں ہے۔ ویسے بھی یہ چیزیں آپس میں ملکر ایک نیا مرکب بن کر اپنی افادیت کو چار چاند لگا لیتی ہیں۔

میں ان دوستوں سے اس چینی سائنسدان کی یہ باتیں بہت حیرت سے سن رہا تھا سوچنے لگا وہ شخص کتنا محتاط ہے۔ اس کا تحقیق تجربہ اور مطالعہ کتنا وسیع اور گہرا ہے کہ اس شخص نے اپنی زندگی ان تین اجزاء پر صرف کردی۔ اور آخر میں اس دنیا کو تین اجزاء کے مرکب کا ایک تحفہ دیا اور جس نے بھی لیا وہ شخص مستفید ہوا۔ اور اسے بہت زیادہ فائدہ ہوا۔ میرا ایک اصول یہ کہ جب بھی کوئی ایسی چیز جو تجربات اور مسلسل مشاہدات کے اعتبار سے مفید اور موثر ہو اور بار ہا کی تصدیقات اسے نتائج کی دنیا میں مفید قرار دے چکے ہوں۔ پھر میں اسے اپنے معمولات میں لاتا ہوں واقعی بہت مفید ثابت ہوتے ہیں۔

چینی سائنسدان کے اس واقعہ کے بعد ایک صاحب جو کہ خود طبیب بھی تھے۔ اپنے علاج کی غرض سے میرے پاس تشریف لائے میں نے ان سے عرض کیا کہ آپ کو بنی ہوئی دوائی دینے کی بجائے ایک نسخہ پیش کرتا ہوں۔ اور پھر میں نے انہیں اس چینی سائنسدان کا تفصیلی واقعہ سنایا واقعہ سننے کے بعد انہیں تسلی ہوئی اور نسخہ لے کر چلے گئے۔ میرے خیال میں کوئی مہینہ ڈیڑھ ہی گزرا ہوگا۔ تشریف لائے بہت محبت سے ملے اور کہنے لگے کہ وہ نسخہ واقعی ایک حیرت انگیز ایجاد ہی تھی۔

میں نے خود بھی اور اپنے مریضوں کو باقی اپنی تمام دوائیں چھوڑ کر مسلسل یہی دینا شروع کردیا۔ چونکہ اجزاء مختصر تھے بنانا آسان تھا اور سب سے بڑی بات یہ کہ اس مہنگائی کے دور میں یہ نسخہ بالکل سستا ہے۔ موصوف کہنے لگے ایسے مریض جو سالہا سال سے معدے کی گیس، تبخیر دائمی، قبض، جلن، تیزابیت، کھٹے ڈکار بھوک نہ لگنا۔ حتا کہ ایسے لوگ جن کا پیٹ بڑھ کر توازن کی شکل اختیار کر گیا ہو، ایسے تمام مریضوں کیلئے بہت مفید پایا مزید جگر کے یرقان اور خاص طور پر کالے یرقان یعنی ہیپاٹائٹس کیلئے بھی اس کے نتائج حوصلہ افزاء ہیں۔

میں نے ان سے عرض کیا کہ اس ایجاد کو میں نے ایسی خواتین پر بھی آزمایا جن میں خون کی کمی اور چہرے پر جھائیاں داغ دھبے اور حلقے پڑ چکے تھے اور ان کا جسم موٹاپے کی طرف مائل تھا۔ نہایت مفید پایا۔ قارئین اس سائنسی فارمولہ کی تعریف میں کیا کروں جادو وہ جو سر چڑھ کر بولے کہ مصداق اب وہ فارمولا آپ کی خدمت میں عرض کرتا ہوں امید ہے آزما کر اپنی دعاؤں میں ضرور یاد رکھیں گے

ھو الشافی ۔ ادرک خشک، ریوند چینی، میٹھا سوڈا، ہموزن لیکر ریونداورادرک نہایت باریک پیس کر سوڈا بعد میں ملا کر کسی ڈبہ میں محفوظ رکھیں۔ نمی اور ہوا سے بچائیں تا کہ سوڈا نمی نہ چھوڑدے۔ 1/2 چمچ ہر کھانے کے بعد استعمال کریں۔

توجہ طلب

کراچی سے ماہنامہ ''عبقری'' کے دفتر کو مستقل بنیادوں پر مرکزِ روحانیت وامن لاہور میں منتقل کردیا گیا ہے لہٰذا آئندہ ہر قسم کے رابطے، منی آرڈر، سرکولیشن، مضامین اور خط و کتابت کیلئے لاہور کا پتہ استعمال کریں۔ (ادارہ)

مسلمان بیت اللہ کو نہیں اللہ کو سجدہ کرتے ہیں

ایک ہندو نے کہا کہ مولوی صاحب ہم کو پتھر پوجنے سے منع کرتے ہو لیکن آپ کا کعبہ شریف جہاں آپ لوگ سجدہ کرتے ہو وہ بھی تو پتھر کا ہے پھر ہم میں اور آپ میں کیا فرق ہے؟ میں پتھر کا بت پوجتا ہوں اور تم کعبہ شریف جو پتھر کا ہے وہاں سجدہ کرتے ہو۔ ان مولانا نے ہندو کو جواب دیا:

کافر ہے جو سجدہ کرے بت خانہ سمجھ کر
سر رکھا ہے ہم نے تو درِ جانا سمجھ کر

اگر ہم کعبہ کو سجدہ کریں تو ہم کافر ہوجائیں، ہم نے تو محبوب کی چوکھٹ پر سر رکھا ہے کہ میرے محبوب کا گھر ہے۔ ہم گھر کو سجدہ نہیں کرتے گھر والے کو سجدہ کرتے ہیں۔ یہ تو محض سمت ہے، یہ ہمارے محبوب رخ بتایا ہے کہ جب کعبہ کی طرف تمہارا رخ ہوگا تو تمہاری نماز بھی قبول، سجدہ بھی قبول۔ یہ رخ اللہ تعالیٰ نے متعین فرمایا۔ بیت اللہ کو سجدہ کرنے کا خدا نے نہیں فرمایا، اللہ تعالیٰ نے نہیں فرمایا کہ بیت اللہ جو ہے یہ اللہ ہے، فرمایا کہ یہ تو ہمارا گھر ہے طواف کرنے کے لئے، حج کے ارکان ادا کرنے کے لئے، اس کو خدا مت سمجھنا۔ اسی لئے آپ ﷺ نے جب حجرِ اسود کا بوسہ لیا تو آپ ﷺ رونے لگے تو حضرت عمرؓ بھی رونے لگے۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ: اے عمر! کیوں روتے ہو؟ عرض کیا کہ جب خدا کا رسول رو رہا ہے تو میں نہ روؤں گا اور حجرِ اسود کو یمین اللہ فرمایا گیا بطور نشانی کے لیکن حجرِ اسود بھی خدا نہیں۔ یاد رکھو! بیت اللہ اور ہے رب البیت اور ہے وہ تو رخ ہے حکم ہے کہ اس کی طرف سجدہ کرو، اس کی طرف نماز پڑھو اور اگر کسی کو پتہ نہیں کہ کعبہ کس طرف ہے نہ قبلہ نما پاس ہے نہ کوئی بتانے والا ہے تو تحقیق کرلو، دل میں سوچو، دل جس طرف گواہی دے کہ اس طرف کعبہ ہے تو اندازے سے جو رخ کرلو نماز ہوجائے گی۔

مستند روحانی نسخے

(بے چین دلوں کا سکون اور مایوس گھروں کے لئے سہارا، شرعی کمالات و برکات آپ کے ہاتھوں میں)

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کی عجیب و غریب فضیلت

حضرت جابرؓ فرماتے ہیں جب یہ آیت "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" اتری تو بادل مشرق سے چھٹ گئے، ہوائیں ساکن ہوگئیں، سمندر ٹھہر گیا، جانوروں نے کان لگالئے، شیاطین پر آسمان سے شعلے گرے، پروردگار عالم نے اپنی عزت و جلال کی قسم کھا کر فرمایا کہ جس چیز پر میرا یہ نام جائے گا اس میں ضرور برکت ہوگی۔

ابن مردویہ میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ مجھ پر ایک ایسی آیت اتری ہے کہ کسی نبی پر سوائے حضرت سلیمان علیہ السلام کے ایسی آیت نہیں اتری وہ آیت "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" ہے۔

حضرت ابن مسعودؓ فرماتے ہیں کہ جہنم کے انیس داروغوں سے جو بچنا چاہے وہ "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھے۔ اس کے بھی انیس حروف ہیں ہر حرف پر ہر ایک فرشتہ بچاؤ بن جائے گا۔ اسے ابن عطیہ نے بیان کیا ہے اور اس کی تاکید ایک حدیث سے بھی کی ہے جس میں ہے کہ میں نے تیس سے اوپر اوپر فرشتوں کو دیکھا کہ وہ جلدی کر رہے تھے۔ یہ حضور ﷺ نے اس وقت فرمایا تھا جب ایک شخص نے (نماز میں رکوع کے بعد) پڑھا تھا۔

رَبَّنَا وَ لَکَ الْحَمْدُ حَمْدًا کَثِیْرًا طَیِّبًا مُّبَارَکًا فِیْهِ

ترجمہ: اے میرے رب! سب تعریف تیرے لئے ہے ایسی تعریف جو بہت زیادہ ہے پاکیزہ ہے برکت والی ہے۔

اس میں تیس سے اوپر حروف ہیں اور اتنے ہی فرشتے اترے۔ اسی طرح "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" میں بھی انیس حروف ہیں اور وہاں فرشتوں کی تعداد بھی انیس ہے۔

مسند احمد میں ہے آنحضرت ﷺ کی سواری پر آپ کے پیچھے جو صحابی سوار تھے ان کا بیان ہے کہ حضور ﷺ کی اونٹنی ذرا پھسلی تو میں نے کہا شیطان کا ستیاناس ہو۔ آپ ﷺ نے فرمایا یہ نہ کہو اس سے شیطان پھولتا ہے اور خیال کرتا ہے کہ گویا اس نے اپنی قوت سے گرا دیا، ہاں بسم اللہ کہنے سے وہ مکھی کی طرح ذلیل و پست ہو جاتا ہے۔

نسائی نے اپنی کتاب "عمل الیوم و اللیلة" میں اور ابن مردویہ نے اپنی تفسیر میں بھی اسے وارد کیا ہے اور ان کا نام اسامہ بن عمیر بتلایا ہے اور اس میں ہے کہ بسم اللہ کہہ لینا مستحب ہے اور خطبہ کے شروع میں بھی "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" کہنی چاہئے۔ حدیث میں ہے کہ جس کام کو "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" سے شروع نہ کیا جائے تو وہ بے برکت ہوتا ہے۔ بیت الخلاء میں جاتے وقت بھی "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھ لے۔ (تفسیر ابن کثیر جلد ۱، ص: ۳۸)

(۲) چوری اور شیطانی اثرات سے محفوظ: جو شخص سونے سے پہلے اکیس مرتبہ "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھے تو چوری اور شیطانی اثرات سے اور اچانک موت کے آنے سے محفوظ رہے گا۔

(۳) ظالم پر غلبہ حاصل ہو: جو مظلوم شخص کسی ظالم کے سامنے پچاس مرتبہ "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس ظالم کو مغلوب کرکے پڑھنے والے کو غالب کریں گے۔ (بحوالہ خزانہ اعمال، ص: ۸)

(۴) ذہن اور حافظہ قوی ہو جائے: جس کا حافظہ کمزور ہو وہ سات سو چھیاسی (۷۸۶) مرتبہ "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پانی پر دم کرکے طلوع آفتاب کے وقت پئے تو ذہن کھل جائے گا اور حافظہ قوی ہو جائے گا۔

(۵) دن رات ذکر کرنے سے زیادہ افضل عمل:

حضرت ابو امامہؓ فرماتے ہیں مجھے حضور اقدس ﷺ نے دیکھا کہ میں اپنے ہونٹوں کو ہلا رہا ہوں آپ ﷺ نے پوچھا اے ابو امامہ! تم ہونٹ ہلا کر کیا پڑھ رہے ہو؟ میں نے کہا: یا رسول اللہ! اللہ کا ذکر کر رہا ہوں۔ حضور ﷺ نے فرمایا: کیا میں تجھے ایسا ذکر نہ بتاؤں جو تمہارے دن رات ذکر کرنے سے زیادہ بھی ہے اور افضل بھی ہے؟ میں نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ! ضرور بتائیں۔ فرمایا: تم یہ کلمات کہا کرو:

"سُبْحَانَ اللّٰهِ عَدَدَ مَا خَلَقَ، سُبْحٰنَ اللّٰهِ مِلْأَ مَا خَلَقَ، سُبْحٰنَ اللّٰهِ عَدَدَ مَا فِي الْاَرْضِ، سُبْحٰنَ اللّٰهِ مِلْأَ مَا فِي الْاَرْضِ وَ السَّمَآءِ، سُبْحٰنَ اللّٰهِ عَدَدَ مَآ اَحْصٰى كِتَابُهٗ، سُبْحٰنَ اللّٰهِ مِلْأَ مَآ اَحْصٰى كِتَابُهٗ، سُبْحٰنَ اللّٰهِ عَدَدَ كُلِّ شَیْءٍ، اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ عَدَدَ مَا خَلَقَ، اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ مِلْأَ مَا فِي الْاَرْضِ وَ السَّمَآءِ وَ الْحَمْدُ لِلّٰهِ عَدَدَ مَا اَحْصٰى كِتَابُهٗ وَ الْحَمْدُ لِلّٰهِ مِلْأَ مَآ اَحْصٰى كِتَابُهٗ، وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ عَدَدَ كُلِّ شَیْءٍ، وَ الْحَمْدُ لِلّٰهِ مِلْأَ كُلِّ شَیْءٍ۔"

ترجمہ: میں اللہ کی پاکی بیان کرتا ہوں مخلوق کی تعداد کے برابر، اللہ کی پاکی مخلوق کے بھر دینے کے بقدر، اللہ کی پاکی ان تمام چیزوں کے برابر جو زمین میں ہیں، اللہ کی پاکی ان تمام چیزوں کے بھر دینے کے بقدر جو زمین و آسمان میں ہیں، اللہ کی پاکی ان تمام چیزوں کی تعداد کے برابر جن کو اس کی کتاب نے شمار کیا، اللہ کی پاکی ان تمام چیزوں کے بھر دینے کے بقدر جن کو اس کی کتاب نے شمار کیا، اللہ کی پاکی ہر چیز کی تعداد کے برابر، اللہ کی پاکی ہر چیز کو بھر دینے کے بقدر بیان کرتا ہوں اسی طرح اللہ کی تعریف بیان کرتا ہوں (چاروں چیزوں کے شمار کرنے اور بھر دینے کے برابر) (حیاۃ الصحابہ ج ۳، ص: ۳۲۷)

(۶) بڑا نور حاصل کرنے کے لئے: حافظ ابو بکر بزارؒ اپنی کتاب میں لائے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہے کہ جو شخص اس آیت کو رات کے وقت پڑھے گا اللہ تعالیٰ اسے اتنا بڑا نور عطا فرمائے گا جو عدن سے مکہ شریف تک پہنچے گا۔ (یہ سورت کہف کی آخری آیت کا آخری حصہ ہے)

"فمن کان یرجوا لقآء ربه فلیعمل عملا صالحا ولا یشرک بعبادة ربه احدا." (ابن کثیر ج ۳، ص: ۲۸۶)

ترجمہ: سو جو شخص اپنے رب سے ملنے کی آرزو رکھے تو نیک کام کرتا رہے اور اپنے رب کی عبادت میں کسی کو شریک نہ کرے۔

(۷) معرفتِ الٰہی کے حصول کے لئے اور بلاؤں سے حفاظت کے لئے مجرب و اکسیر عمل: یہ عمل حضرت مولانا شاہ محمد الیاس صاحب کاندھلویؒ کے جد امجد اور شاہ عبد العزیز محدث دہلویؒ کے شاگرد خاص حضرت مفتی الٰہی بخشؒ کا بارہا کا آزمایا ہوا نہایت مجرب عمل ہے۔ اس کے پڑھنے سے خدا تعالیٰ کی معرفت اور اس کی محبت نصیب ہوتی ہے جس کے نتیجے میں نیکی کرنا اور گناہ سے بچنا بہت آسان ہو جاتا ہے۔ خدا تعالیٰ کی اطاعت عبادت اور نیکیاں بکثرت کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ کی محبت کا دل میں پیدا ہونا از حد ضروری ہے۔ اس عظیم مقصد کے لئے اور بلاؤں کے دور کرنے اور حاجتوں کو پورا کرنے میں بھی اس عمل کو حضرت اقدس مولانا الحاج مفتی افتخار الحسن صاحب کاندھلوی مدظلہ العالی خلیفہ حضرت مولانا شاہ عبد القادر صاحب رائے پوریؒ بڑا مجرب بتلاتے ہیں اور ضرورت مند لوگوں کو پڑھنے کے لئے ہدایت فرماتے ہیں:

"بحوالہ مستند روحانی نسخے"

(بقیہ آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

تنبیہ: ماہنامہ "عبقری" فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے لہٰذا فرقہ ورانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ (ادارہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج:

مستقل سلسلہ

طبی مشورے

ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خط لکھتے ہوئے اسے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔

نوٹ: دوا سے زیادہ غذا پر بھروسہ کریں اور کوشش کریں کہ وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔ کیونکہ وہ اپنے اثر کے بعد جسم سے خارج ہو جاتی ہے۔ جبکہ غذا جزو بدن بن کر جسم پر اپنے دائمی اثرات مرتب کرتی ہے۔ ہر غذا کا وقفہ کم از کم چھ گھنٹے رکھیں، پرہیز علاج سے بہتر ہے، نماز پڑھ کر روح کو تندرست رکھیں، روح کی تندرستی جسم کی تندرستی ہے

قبض، کلونجی اور جوڑوں کا درد

محترم جناب طارق محمود چغتائی صاحب !السلام علیکم

امید ہے کہ آپ بفضل تعالیٰ بخیریت ہوں گے۔ اللہ تعالیٰ آپ کے علم، عمر اور رزق میں برکت عطا فرمائے۔ میں آپ کی کتب ''سنتِ نبویؐ اور جدید سائنس'' کا کافی عرصے سے مطالعہ کر رہی ہوں۔ بے حد مفید کتب ہیں۔ چند روز قبل مجھے آپ کی کتاب ''کلونجی کے کرشمات'' پڑھنے کا موقع ملا۔ یہ آپ کی ایک قابلِ ستائش کاوش ہے۔ اس کتاب میں صفحہ نمبر 52 پر ''قبض اور کلونجی'' کے عنوان کے تحت ایک نسخہ درج ہے۔ مجھے یہ نسخہ پوری طرح سمجھ نہیں آیا، اس لئے آپ سے رہنمائی حاصل کرنے اور نسخے کی وضاحت حاصل کرنے کے لئے آپ کو زحمت دے رہی ہوں۔

دراصل گزشتہ چند سالوں سے مجھے یہ مسئلہ ہے کہ میرا وضو قائم نہیں رہتا۔ ہوا کے اخراج کی وجہ سے بار بار وضو کرنا پڑتا ہے، حتیٰ کہ نماز کے دوران بھی مجھے یہ مشکل پیش آتی ہے۔ بظاہر مجھے پیٹ کی اور کوئی تکلیف نہیں، سوائے اس کے کہ اجابت وقت پر اور کھل کر نہیں ہوتی۔

آپ نے اپنے نسخے میں یہ درج کیا ہے کہ سنا مکی 60 گرام، کلونجی 100 گرام اور پنیر 100 گرام کو پیس کر سفوف بنالیں اور ادرک کا پانی ایک پاؤ میں سب کو بھگو دیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو کوٹ پیس کر سفوف تیار کرلیں۔

اس نسخے میں ادرک کے پانی سے آپ کی کیا مراد ہے؟ یہ پانی کیسے بنایا جائے اور پھر اسے کس طرح خشک کیا جائے؟ کیا اسے دھوپ میں رکھ کر سکھایا جائے؟

براہ کرم اس کی وضاحت فرمادیں اور یہ بھی بتادیں کہ پنیر کونسا استعمال کیا جائے۔

جوڑوں کے درد کے لئے جو نسخہ آپ نے صفحہ نمبر 19،18 پر درج کیا ہے میں وہ بھی استعمال کر رہی ہوں۔ دراصل میرے گھٹنوں میں کچھ عرصہ سے سیڑھیاں چڑھتے، اترتے اور اٹھتے بیٹھتے درد ہوتا ہے اور ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے گھٹنے کے جوڑ آپس میں ٹکرا رہے ہیں۔ آج کل گھٹنے سے ٹک ٹک کی طرح کی آواز بھی سنائی دیتی ہے۔

کیا گھٹنوں کی تکلیف کے لئے یہ نسخہ میرے لئے مناسب ہے؟ تقریباً ایک ماہ سے میں یہ نسخہ استعمال کر رہی ہوں، لیکن ابھی تک کچھ خاص افاقہ محسوس نہیں ہو رہا۔ براہ کرم اس مسئلے کے حل کے لئے بھی میری رہنمائی فرمائیں۔

میرے چہرے پر کچھ عرصے سے چھائیاں بھی نمودار ہو رہی ہیں۔ ان کا علاج بھی تجویز فرمادیں تو مہربانی ہوگی۔

جزاک اللہ خیراً کثیرا

جواب

ادرک تازہ کا پانی نکال لیں اور استعمال کریں۔ یہ نسخہ لاجواب ہے، جوڑوں کے لئے آپ بھی استعمال کریں۔ چہرے کی چھائیوں کے لئے ایام اور غذا میں توجہ کریں، کیونکہ اسی سے ہی تمام چہرہ خراب ہوتا ہے۔

بطور غذا 1-5 غذائیں استعمال کریں۔

مایوس زندگی

(م-ا/انارکلی لاہور)

محترم حکیم صاحب: آداب گزارش ہے کہ مریض اپنے مرض سے بہت پریشان ہے۔ جس کی وجہ سے پڑھائی میں بھی نقصان سے بچنے کیلئے میری آپ سے گزارش ہے میرے مرض پر ذرا غور فرمائیں۔ میری کمر اور گھٹنوں میں اکثر درد رہتا ہے۔ دراصل میں گزشتہ ایک دو سال سے بہت بڑی غلطی کرتا رہا جس غلطی کے نقصان اور گناہ کا پتہ نہیں تھا۔ یہ تو اللہ کا کرم ہے کہ میرے ہاتھ میں آپ کی کتاب آگئی جس کی وجہ سے مجھے کافی حد تک فائدہ ہوا۔ لیکن اب درجہ ذیل چیزیں محسوس کرتا ہوں۔

بیماریاں: سر کا درد کبھی کبھی، اور اکثر کمر میں درد ہوتا ہے۔ اور آنکھوں میں فی الحال رات کو درد رہتا ہے۔ اور تین ہفتوں میں میں نے آزمایا کہ ایک ہفتہ صحیح گزرتا ہے باقی رات کو درد رہتا ہے۔ چاہے جیسی بھی گرم چیزیں کھاؤں اور دوسرے ہفتہ میں ہر دو دن کے بعد احتلام ہو جاتا ہے۔ اور پیشاب کرنے کے بعد قطرے بھی کبھی کبھی آتے ہیں۔ ذرا شفقت فرمائیں۔ والسلام

جواب

جو غذائیں بتا رہے ہیں وہی غذائیں مستقل استعمال کریں باقی بطور علاج، جوارش شاہی، خمیرہ گاؤزبان سادہ، جوارش کمونی دواخانے کی لے کر اور اوپر لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں دو ماہ مستقل کریں 4 اور 5 نمبر غذا زیادہ 6 اور 7 نمبر غذا کم استعمال کریں۔

نذرانہ اعمال

ن-م، بانو/لاہور

حضرت حکیم صاحب !السلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ میری شادی کو چھ سال ہو گئے ہیں اور چار سال کے دوران چھ حمل ضائع ہو گئے ہیں۔ تین تین مہینے کے اور چھ چھ مہینے کے ڈاکٹر مجھے شوگر کی وجہ بتاتے ہیں۔ لیکن ہم ہر طرف مایوس ہو کر آپ کی خدمت سے وابستہ ہیں۔ حکیم صاحب بیماری بہت بڑھ چکی ہے اور ہم دونوں میاں بیوی بہت پریشان ہیں آپ دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ اب ہمیں مایوس نہ کرے۔ آپ کے پاس بڑی امید لیکر آئے ہیں۔ میری طرف سے آپ کو عطیہ پڑھائی درود شریف پانچ ہزار اور دس پارہ قرآن پاک نذرانہ ہیں۔ نیز میرے ساتھ ایک سایہ بھی ہے میں اکثر دیکھتی ہوں کہ میرے شوہر کے روپ میں آتا ہے۔ انکی آواز جیسی آواز اس سایہ کا بھی علاج کریں۔ لیکن جب میں آپکی پڑھائی پڑھتی ہوں اس وقت سے یہ کم ہو رہا ہے۔ مہربانی ہوگی آپ میرا مکمل روحانی علاج کریں ہمت نہیں ہے اور جان بھی ختم ہوگئی ہے بچے ضائع ہو رہے ہیں۔

جواب

آپ مستقل طور پر معجون حمل عنبری استعمال کریں۔ اور جو دوائی دی ہے اس کو مستقل کھائیں مزید روحانی کیفیات کے لئے روحانی صفحہ میں علیحدہ خط لکھیں غذا میں 4 اور 5 نمبر استعمال کریں۔

دوسروں کی موت کو دیکھ کر عبرت حاصل نہ کرنا خطرناک غلطی ہے

برص اور کلونجی ا(ع-ا/کراچی)

جناب محترم حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب السلام علیکم! خیریت مطلوب وموجود۔ آپ کی کتاب کلونجی کے کرشمات نہایت ہی اچھی اور مفید کتاب ہے طب سے متعلق امراض سے متعلق اور علاج سے متعلق مفید مشورے اور طریقہ علاج اس میں موجود ہے

اللہ تعالیٰ آپکو اس عظیم کاوش کا اجر عطا فرمائے۔ میں برص سے متعلق بیماری کے سلسلے میں آپ کی عنائت ورہنمائی کا خواہ ستگار ہوں کتاب میں لکھی گئی دوا درج ہے۔ میں یہ برص کی بیماری میں عرصہ ڈیڑھ سال سے مبتلا ہوں ہلدی، سبز، کلونجی، نیم کی مولی بچھ گل منڈی اس میں سے ہلدی سبز نہیں مل رہی ہے۔ اس سے متعلق اپنی ہدایات سے مستفید فرمائیں۔ نیز ان تمام چیزوں کشید کرنے کے طریقے سے متعلق رہنمائی فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپکو اجر عظیم سے نوازے گا اور انشاءاللہ ہمیشہ آپکو دعاؤں میں یاد رکھوں گا۔

جواب

اس مرض کیلئے ہلدی خشک مل جائے تو ضرور استعمال کریں۔ جیسے عرق کشید کرتے ہیں ویسے کشید کریں۔ 2 اور 3 نمبر غذائیں استعمال کریں۔

ٹانگوں میں درد شوگر ا(م-ا-ت/جامشورو)

جناب محترم حکیم طارق محمود صاحب

السلام علیکم! میں نے پچھلے سال رمضان شریف میں آپ کی کتاب 'نباتاتِ قرآنی اور جدید سائنس' خریدی تھی۔ دور حاضر میں یہ دین کی خدمت اور دنیا کی بہت اچھی خدمت ہے۔ اللہ تعالیٰ جزاء خیر دے (آمین)۔ آپ نے کتاب کے صفحہ نمبر 285 پر حرز جان بنانے والا خاص الخاص نسخہ لکھا ہے۔ میں نے نسخہ تو بنا لیا ہے۔ آپ نے اس میں استعمال کا طریقہ نہیں لکھا۔ جو شاید حکیم صاحبان کے لئے چھوڑ دیا۔ نیچے جگہ بھی خالی ہے۔ مہربانی فرما کر اگلے ایڈیشن میں نسخہ کے استعمال کا طریقہ بھی لکھ دیں تا کہ مجھ جیسے قاری کو بھی فائدہ پہنچ سکے۔ میری عمر 56 سال ہے۔ تین چار ماہ سے شوگر بھی ہو گئی ہے۔ میری والدہ اور چھوٹے بھائی کو بھی ہے۔ ٹانگوں میں درد رہتا ہے۔ مہربانی فرما کر طریقہ استعمال لکھ کر بھیج دیں۔

جواب

آپ اس نسخے کو مکمل سمجھیں، لاجواب ہے۔ مزید آپ کو ایک نسخہ بتاتے ہیں، یادگار ہے۔

کلونجی۔ سونف ۔ اجوائن۔ نوشادر اور کالی مرچ، ہموزن کوٹ پیس کر 1/2 چمچہ 3 بار کھانے کے بعد لیں۔ پھر اس کا کمال دیکھیں۔ بطور غذا 1-2 اور 3 استعمال کریں۔

دکھی بہن کی داستان . (ن-ص/کراچی)

حکیم صاحب: ہاتھ بہت سوتے ہیں اور انگلیاں درد کرتی ہیں۔ پیٹ میں گیس بہت رہتی ہے۔ منہ کا ذائقہ پہلے سے بہتر ہے۔ کمر اور ٹانگوں میں درد بھی رہتا ہے۔ دھڑکن تیز ہو جاتی ہے۔ کبھی بالکل ٹھیک ہوتی ہے اور کبھی اچانک تیز ہو جاتی ہے۔ اکثر ایسے لگتا ہے کہ جیسے بخار رہتا ہو۔ سر او رآنکھوں کا درد ٹھیک ہے۔ ایک دن بس درد ہوا تھا سر او رآنکھوں میں۔ بھوک زیادہ لگتی ہے۔ کھانے کے کچھ دیر بعد پیٹ خالی لگتا ہے۔ آپ نے جو دوائی دی تھی وہ میں نے کھائی ہے، پرہیز کچھ ٹھیک طرح سے نہیں کر سکی، کیونکہ میں اپنے والدین کے پاس گئی تھی ۔ اب انشاء اللہ پورا پرہیز کروں گی۔ چہرے پر خارش سے سرخ دھبے بن جاتے ہیں۔ علاج تجویز فرمائیں۔ آپکی مشکور رہونگی۔ شکریہ۔

جواب

آپ دوائی باقاعدگی سے مسلسل استعمال کریں۔ مزید دوائی کے ساتھ یہ نسخہ بھی استعمال کریں۔ پودینہ، عناب 20 گرام فی کس لے کر 2 کپ پانی میں جوش دیں۔ اُتار کر ٹھنڈا کر کے چھان کر پی لیں۔ بطور غذا 4 اور 6 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذائیں

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنا، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ ہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، ایچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹ، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد، کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ ہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

یہ سوچ کر برائے کرنا کہ ہمیں کوئی نہیں دیکھ رہا خطرناک غلطی ہے۔

بہارِ رفتہ کی اُجلی سچی کہانیاں

❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀

اپنے آپ کو سب سے بہتر سمجھنا ہلاکت ہے

خلیفہ مہدی نے صالح بن بشیر کو بلوا بھیجا۔ آپ دربار میں حاضر ہوئے۔

خلیفہ نے کہا: حضرت مجھے نصیحت فرمائیں۔

صالح نے بھرے دربار میں بلا کسی جھجک کے خلیفہ کو تلقین کی: آپ نصیحت چاہتے ہیں تو سنیئے۔ جتنے اختیارات انسان کو دئے گئے ہیں قیامت کے دن ان کا محاسبہ بھی ان ہی کی مناسبت سے ہوگا ذہانت اور بصیرت والا انسان غلطی کرے گا تو اس کا عام انسانوں کی نسبت زیادہ محاسبہ ہوگا۔

خلیفہ مہدی: کچھ اور فرمایئے۔ صالح تم خلیفہ ہو اور اس بات کے زیادہ حقدار ہو کہ حق کو قائم کرنے اور باطل کو مٹانے میں اپنی قوت صرف کرو! زبان سے ایسی بات کہنے اور کوئی ایسا قدم اٹھانے سے پرہیز کرو جس کے حق میں تمہارا قلب مطمئن نہ ہو۔ کتاب وسنت کے احکام پر اگر تم نے اپنی عقل کے فیصلوں کو ترجیح دی تو یاد رکھو کہ قیامت کے دن خدا اور رسول ﷺ کے سامنے سخت ندامت کا سامنا کرنا پڑے گا۔ انتہائی بدبخت انسان وہ ہے جو اپنی زندگی خواہشات نفس کی تکمیل میں گزار دے اور عقلمند وہ ہے جو اسے اچھے اور برے اعمال کے جواز میں صرف کرنے لگے۔

مہدی: حضرت کچھ اور فرمایئے۔ دوسرے علماء تو ایسی باتیں نہیں بتاتے۔ کچھ چپ رہنے کے بعد صالح نے کہا "دنیا میں ایسے علماء کی کمی نہیں جو امراء کے برے اعمال کو جائز ثابت کرنے کی کوشش میں لگے رہتے ہیں تمہیں بھی ایسے لوگوں سے سابقہ پڑے گا۔ لیکن یہ بھول جانا کہ کسی کے کہہ دینے سے حق باطل ہو جائے گا۔ حق وہی ہے جسے اللہ اور اس کے رسول ﷺ حق کہیں اور باطل وہی جسے اللہ اور اس کے رسول ﷺ باطل ٹھہرائیں انسان کی یہ بہت بڑی آزمائش ہے کہ اس کے ہر فعل کو جائز ثابت کر دینے والے اور اس کی ذات کو تنقید سے بالاتر ثابت کر دینے والے موجود ہوں اور وہ پھر اپنے حال پر نگاہ رکھے اور ان لوگوں کے فریب میں نہ آئے جو اغراض نفسانیہ کی تکمیل کے لئے "جی حضوری" بن کر فریب دینے کو بڑی عقلمندی سمجھتے ہیں۔ مہدی ان کی باتوں سے متاثر ہو رہا تھا۔ کہ حضرت کچھ اور فرمائیں۔

صالح: "اپنے آپ کو سب سے بہتر سمجھنا ترقی کے لئے زہر ہے۔ اور اپنی عقل کو کامل سمجھنا سب سے بڑی حماقت ہے۔ اپنے منہ اپنی تعریف کرنا سب سے بڑی جہالت ہے۔ اپنے عہدے سے ناجائز فائدہ اٹھانا جمہوریت کی موت ہے اور اسلامی روح کے منافی ہے۔ بات سن کر غور کرنا چاہیے۔ ناراضگی ظاہر کرنا نادانی ہے۔ خودغرضی اور غصہ دونوں دل کو تاریک کرتے ہیں۔

❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀

اللہ کی کتاب سے کچھ دکھلا دو، ورنہ!!

۲۱۸ ہجری میں جب مامون الرشید نے فرقہ معتزلہ کے عقیدہ خلق قرآن کو جبراً منوانے کی کوشش کی تو بادشاہ کی طرف سے بغداد کے گورنر کے نام فرمان جاری ہوا کہ شہر کے ہر اہل علم وفتویٰ سے اس مسئلہ کے متعلق سوال کیا جائے، انکار کی صورت میں بادشاہ کے سامنے سزا کے لئے پیش کیا جائے۔

بغداد کے گورنر اسحٰق بن ابراہیم نے تمام علماء کو جمع کیا اور سزا کی دھمکی دے کر فرمان شاہی کے آگے سر تسلیم خم کرنے کو کہا۔ صرف چار علماء کے علاوہ باقی تمام نے حامی بھر لی ان چار علماء میں "امام احمد بن حنبل" پیش پیش تھے۔ گورنر کی طرف سے کافی سختی برتی گئی۔ ان سختیوں اور سزاؤں کی تاب نہ لا کر دو عالم نے ہتھیار ڈال دئے اور معتزلہ عقیدہ کی حامی بھر لی۔ تیسرے کا انتقال ہو گیا۔ اور اب صرف امام احمد بن حنبل اکیلے ہاتھوں میں ہتھکڑیاں اور پاؤں میں بیڑیاں ڈال کر بادشاہ کے پاس لے جا رہے تھے کہ راستے میں مامون الرشید کے انتقال کی خبر ملی۔ لیکن مامون کی موت سے امام احمد بن حنبل کی تکلیف کم نہ ہوئی۔ بلکہ معتصم باللہ کے دور میں اور بڑھ گئیں معتصم نے امام احمد کو دربار میں بلا کر طرح طرح کی دھمکیاں دیکر راضی کرنا چاہا لیکن وہ کامیاب نہ ہو سکا۔

امام احمد نے جواب دیا "اللہ کی کتاب میں سے کچھ دکھلا دو یا اس کے رسول ﷺ کا کوئی قول پیش کرو تو میں اقرار کر لیتا ہوں۔ اس کے سوا میں کچھ نہیں جانتا۔ جو تم پیش کرتے ہو میں نہیں جانتا کہ یہ کیا بلا ہے" ایک درباری نے کہا "تلوار کے نیچے کھڑے کر دیئے گئے تب تو مانو گے"

امام احمد نے کہا "ہرگز نہیں" جب نہ مانے تو ان کو چز ر چار بوجھل بیڑیاں ڈالی گئیں اور رمضان کے مہینے میں دھوپ میں بیٹھا کر کوڑے مارے گئے۔ متواتر کوڑوں کی ضرب کی تاب نہ لا کر جب امام احمد بے ہوش ہو جاتے تو انہیں تلوار کی نوک چھبوا کر ہوش میں لانے کی کوشش کی جاتی، لیکن وہ شدید تکلیف کی وجہ سے بے حس وحرکت پڑے رہتے۔ آخر ان کی اس عزیمت واستقامت کو دیکھ کر معتصم ان کو رہا کرنے پر مجبور ہو گیا۔ امام احمد کے رعب وجلال کا یہ عالم تھا کہ شاہی کوتوال کہتا تھا "میں نے کسی انسان کو بادشاہوں کے آگے احمد بن حنبل سے بڑھ کر بارعب نہیں پایا۔ ہم عمال حکومت تو ان کی نظروں میں مکھیوں سے زیادہ واقف نہ تھے۔

❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀

میرے محل کے تمام مجسمے گرا دو۔
(امیر المؤمنین رح)

امیر اندلس عبد الرحمٰن الناصر نے ہسپانیہ میں ایک خوبصورت شہر کی تعمیر کی جس کا نام مدینۃ الزہرہ رکھا۔ تقریبا ۳۵ سال تین لاکھ دینار سالانہ کے حساب سے اس کی تعمیر پر اخراجات ہوتے رہے۔ اندلس کے ایک بزرگ منذر بن سعید جو اس وقت کے قاضی اور خطیب تھے نے ایک بار جامع مسجد میں بادشاہ کو سنانے کی غرض سے تقریر کی جس میں دنیا کی بے ثباتی اور شہر ومحلات کی آرائش پر بے جا اصراف پر کڑی تنقید کی۔ بادشاہ بھی موجود تھا۔ اس پر تقریر کا بہت اثر ہوا لیکن اس کا نفس اس تنقید کو برداشت نہ کر سکا اور اس نے قسم کھالی کہ قاضی منذر کے پیچھے وہ نماز جمعہ نہیں پڑھے گا۔

دوسرے دن عبد الرحمٰن الناصر نے دربار لگایا اور عام منادی کرادی کہ آج مدینۃ الزہرہ کی قسمت کا فیصلہ ہوگا۔ منذر بن سعید کو بھی بلوا بھیجا۔ قاضی منذر معمولی کپڑے پہنے دربار پہنچے اور ایک کونے میں بیٹھ گئے۔ بادشاہ نے ان کو اپنے قریب آنے کا اشارہ کیا لیکن انہوں نے اس پیش کش کو یہ کہہ کر رد کر دیا کہ "گردنیں پھاند کر آگے بڑھنا آداب مجلس کے خلاف ہے" اور پھر وہ خاموشی سے سر جھکا کر بیٹھ گئے۔

عبد الرحمٰن الناصر تقریر کے لئے کھڑا ہوا اور کہا "اے معززین شہریان اندلس مجھے بتاؤ کیا مجھ سے پہلے بھی کسی نے مدینۃ الزہرہ جیسا عظیم المثل کارنامہ انجام دیا ہے۔

سب نے ایک آواز ہو کر جواب دیا "ہرگز نہیں امیر المومنین آپ اس کارنامہ میں بالکل منفرد ہیں۔" عبد الرحمٰن یہ سن کر خوش ہوا اور فخر وغرور سے تن گیا۔ پھر اس نے منذر بن سعید کو مخاطب کر کے پوچھا "کہیے جناب آپ کو اس شہر اس محل اور اس دربار کی سی شان وشوکت کہیں نظر آئی۔"

منذر نے پہلی بار سر اٹھایا اور چاروں طرف نگاہ دوڑائی۔ کچھ دیر دیکھتے رہے۔ پھر اچانک رو پڑے اور آنسوؤں کی بارش شروع ہو گئی پوری مجلس پر خاموشی طاری ہو گئی۔ پھر منذر نے کہا "اے امیر المومنین میں آپ کا ہمیشہ سے خیرخواہ رہا ہوں۔ مجھے اس بات کا وہم وگمان بھی نہ تھا کہ آپ اتنی جلد شیطان کے ہتھے چڑھ جائیں گے۔ آپ میں بہت سی خوبیاں ہیں۔ لیکن افسوس ہے آپ اب کفر کے مقام کے قریب پہنچتے چلے جا رہے ہیں۔ سنیئے اللہ تعالی فرماتا ہے کہ "اگر یہ خیال نہ ہوتا کہ سب لوگ ایک ہی جماعت ہو جائیں گے تو جو لوگ خدا کے ساتھ کفر کرتے ہیں ہم ان کے گھروں کی چھتیں سونے چاندی کی بنا دیتے ہیں۔ اور سیڑھیاں بھی جن پر چڑھتے ہیں اور ان کے گھروں کے دروازے بھی اور وہ تخت بھی جن پر تکیہ لگاتے ہیں اور خوب زینت وآرائش کر دیتے اور یہ سب دنیا کی زندگی کا تھوڑا سا سامان ہے اور آخرت تمہارے پروردگار کے پاس پرہیزگاروں کے لئے۔ (سورۂ زخرف رکوع ۳)

اے امیر المومنین! دنیا بہت ہی بے وفا اور غدار ہے اس لئے آپ اس زندگی سے دھوکہ نہ کھائیں۔ آپ کی گزشتہ تاریخ روشن کارناموں سے آراستہ ہے۔ عبد الرحمٰن ناصر، منذر بن سعید کی باتوں سے بہت متاثر ہوا اس کی آنکھیں اشکبار ہو گئیں۔ امام منذر گھر واپس آئے۔ لوگوں کو تعجب تھا کہ یہ صحیح سالم بچ کر کیسے آ گئے۔ تھوڑی ہی دیر بعد ایک سپاہی دوڑتا ہوا آیا۔ اسے دیکھ کر منذر نے کہا "لگتا ہے عبد الرحمٰن پر شیطان کا جادو چل گیا۔ اور تم میری گرفتاری کا حکم نامہ لے کر آئے ہو۔ میں تو کب سے اللہ کی راہ میں شہید ہونے کا منتظر ہوں" اس آنے والے نے کہا "آپ نے غلط سمجھا میں تو آپکو خوشخبری دینے آیا کہ امیر المومنین نے محل کی چھت کے گنبد تڑوا دیئے اور سونے چاندی کا سامان نکال کر معمولی سامان لگانے کا حکم دیا ہے اور یہ بھی حکم جاری کیا کہ محل کے تمام مجسمے گرا دئے جائیں

(تاریخ اندلس)

تنبیہ: ماہنامہ "عبقری" فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے لہٰذا فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔

دولت کی کنجی مستقل مزاجی سے کام کرنا ہے اور کفایت شعاری اس کا تالا ہے۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

کیا یہ درست ہے کہ خواب سے زندگی کے ہر مسئلے میں رہنمائی ملتی ہے؟ خواب بیماریوں کے علاج، دکھوں کے مداوے میں معاون ثابت ہوتے ہیں؟ حتیٰ کہ کسی دشمن یا حاسد کے کسی بھی قسم کے حملے سے آگاہی بعض اوقات خواب کے ذریعے ہو جاتی ہے۔ اگر اس کی تعبیر روشن اور واضح ہو۔ آپ اپنے خواب لکھیں۔ صاف صاف لکھیں۔ خواب لکھتے ہوئے کوئی دوسرا مسئلہ درمیان میں نہ لکھیں دوسرے مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ نام اور مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔

خواب: مورتیاں

(ج-س/لاہور)

میرے منگیتر جو میری خالہ کے بیٹے ہیں۔ اپنے کمرے میں مٹی کی مورتیاں بنا رہے ہیں۔ میری بہن وہاں آتی ہیں اور سرخ رنگ کا سوٹ پہنا ہوا ہے میں اس سے کہتی ہوں کہ آؤ ہم یہ مورتیاں خراب کرتے ہیں ہم دو مورتیاں خراب کر کے جلا دیتے ہیں اور زمین پر پھینک دیتے ہیں ایک مورتی کو میں ہاتھوں سے خراب کرتی ہوں اور اسکی صرف آنکھیں دو ہو جاتی ہیں دوسرے تمام کزن بھی آ کر دیکھنے لگتے ہیں اتنی دیر میں 'ف' آ جاتے ہیں اور ایک جنگلی آدمی کی مورتی دیکھ کر ہنسنے لگتے ہیں میں اور 'ا۔م' دوسرے کمرے میں چلے جاتے ہیں۔

جواب:

یہ منگنی شاید کامیاب نہ ہو احتیاط کی ضرورت ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ آپ کے اور ان کے ماحول میں بہت فرق ہے اور خاندانی مناسبت بھی نہیں ہے۔

خواب: گھر میں زلزلہ

(و-ط/نامعلوم)

ہمارا گاؤں اور گھر پورا ہل رہا تھا جیسے زبردست زلزلہ آتا ہے لیکن میں اپنی ماما کے ساتھ اپنے تایا ابو کے گھر سے کھڑی ہو کر دیکھ رہی ہوں صرف ہمارا گھر اس طرح ہل رہا تھا۔

جواب:

گھر کا ہل جانا اس گھر میں ہوتا ہے جہاں جھگڑے لڑائی اور فساد بہت زیادہ ہو گھریلو ناچاقی کی وجہ سے یہ علامات ہیں اپنے گھر میں خوشگوار ماحول پیدا کریں۔

خواب: جوتیاں مارنا

(ن ج/اسکاٹ لینڈ)

انسان کے روپ میں ایک شخص میرے سامنے لیکن تھوڑا سا دائیں طرف گوری رنگت اور گہرے رنگ کے حلیے میں تھا میں اس کو جوتیاں مار رہی تھی، جن کو وہ پکڑتا جا رہا تھا۔ چند کے بعد میں نے مارنا چھوڑ دیا آخری کالے رنگ کی چپلی میرے پاس رہی جو میں نے اس کو مارنے کا ارادہ ترک کر دیا وہ ایک جوتا تھا اور شاید دائیں پاؤں کا تھا۔ وہ شخص بہت تیز معلوم پڑتا تھا اور لگتا تھا کہ وہ میرے ساتھ مقابلہ میں ہے۔ اور وہ دینی تسبیح جانتا ہے اور شاید میرے مقابلے میں پڑھے گا اور شاید مقابلے میں ہارنے والا نہیں اسکے قریب یعنی تھوڑی دور ایک اور شخص کھڑا تھا اس کی موجودگی کی وجہ معلوم نہیں۔

خواب: مخلوقیں

(ز-ر/راولپنڈی)

وقتاً فوقتاً بعض مخلوقیں میرے منہ میں بو پھونکتی ہیں یہ کون مخلوقیں ہیں اور یہ مجھے کیا نقصان دے رہی ہیں اور انکے نقصانات سے کیسے بچنا چاہیے کچھ مخلوقیں آگ کی بو لے کر آتی ہیں کچھ مدہم یا درمیانی خوشبو لے کر آتی ہیں۔ کچھ وزنی ہوتی ہیں کچھ ارتعاش والے زلزلے کی طرح، کچھ پیغام یا خیال یا تصور یا تصویر لے کر آتی ہیں اور کچھ دھیان لے کر آتی ہیں جب سے میں پڑھ رہی ہوں یعنی پچھلے دس سالوں سے اس سے میرے بچوں اور انکی فیملیوں اور میرے والدین اور بھائی اور بہنوں اور انکی فیملیوں پر کیا اثرات پڑے ہیں اور میرے بچوں اور ان کی فیملیوں پر سے نقصان کیسے ہٹایا جائے اور ان کے لئے کون دعا خیر کرے اور ان کو پاک کلام کا ثواب بھیجے کہ وہ خیر و عافیت سے رہیں اور ان کے نقصانات بھلائیوں میں بدلیں۔

جواب:

آپ کے اور آپکے خاندان کے گھر میں مسائل حد سے زیادہ بڑھے ہوتے ہیں آپ ان خاندانی مشکلات میں پھنسی ہوئی ہیں پھر نظر بد اور جادو کے اثرات بھی بہت زیادہ ہیں معلوم ہوتا ہے کہ آپ ذکر کم کرتی ہیں اس کی وجہ سے دکھی ہوتی ہیں اس ذکر کو زیادہ کر دیں چھوڑیں نہیں۔ اور احتیاط سے چلیں کوئی حملہ ہو سکتا ہے۔

خواب: والد کا ایکسیڈنٹ

(س-ل/لاہور)

السلام علیکم! حضرت میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے والد صاحب کا گھر کے باہر سڑک پر ایکسیڈنٹ ہو گیا ہے اور اتنا زبردست ہوا ہے کہ ان کا سر کچلا ہوا ہے اور ساتھ کوئی اور بھی ہے جو مر گیا ہے وہ ساتھ پتہ نہیں کون تھا انکی Dead Body پر میں سخت رو رہا ہوں اور امی بھی سخت رو رہی ہیں میں امی کو رو رو کر کہہ رہا ہوں کہ اب میں گھر کیسے بناؤں گا کاروبار کا کیا ہوگا امی کہتی ہے کہ کچھ نہیں ہوتا تم کرو کاروبار۔ خواب اس قدر گہرا تھا کہ اگر میرے آنکھ صبح فجر کے لئے نہ کھلتی تو وہ ایک حقیقت ہی تھی۔ ایک عجیب سی کیفیت جو کہ سچ تھی۔ اگر حقیقت ہوتی تو یقیناً میں ایسا ہی روتا جیسا کہ خواب میں میں رو رہا تھا جو کیفیات بیان سے باہر ہے میں اب بھی سوچتا ہوں تو عجیب رونا آتا ہے۔ آپ بتائیں کہ وہ کیا تھا؟ اللہ کبھی نہ کرے کہ اس خواب میں سچائی ہو آپ اللہ سے میرے ماں باپ کی لمبی عمر کی دعا کیجئے۔

جواب:

آپ کے والد کی عمر دراز ہوگی اور یہ وار ان سے ٹل جائیگا۔ آپ اپنے والد کا اکرام اور احترام بڑھا دیں۔ خواب سچا ہے یا جھوٹا وسوسہ نہیں۔ یہ خواب اگر کسی کو رات کے آخری پہر میں آئے تو اس بات کی علامت ہوتی ہے کہ خواب دیکھنے والا نفسانی خواہشات میں مبتلا ہے اور جسکو دیکھا ہے وہ نیکی کی زندگی کی طرف بڑھ رہا ہے۔

خواب: آنٹی اور کلمہ

(و-ج/نامعلوم)

میں اپنی آنٹی کے گھر پر ہوں میری ایک کزن میرے ساتھ ہے۔ وہ آنٹی اب فوت ہو چکی ہیں۔ میں اور میرے کزن انکا گھر دیکھنے جاتے ہیں اچانک زلزلہ آ جاتا ہے ہم ایک طرف بیٹھ جاتے ہیں لیکن میری طرف سے زمین اندر کی طرف جانے لگتی ہے اور میری کزن بالکل ٹھیک اپنی جگہ پر بیٹھی رہتی ہے۔

جواب:

آنٹی کو پڑھ کر بخشیں انہیں ضرورت ہے اعمال اور صدقہ خیرات کی اگر آپ ستر ہزار مرتبہ کلمہ طیبہ پڑھ کر انہیں بخش دیں تو بہت نفع ہوگا۔

(کلونجی موت کے سوا ہر مرض میں شفا ہے (الحدیث)

کلونجی، اسلام اور جدید سائنس

تحقیق: حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

(گزشتہ سے پیوستہ)

پیٹ کے امراض اور پھیپھڑوں کی بیماریوں، خاص طور پر دمہ کی حالت میں کلونجی بہت مفید ثابت ہوتی ہے۔ کلونجی کا سفوف نصف سے ایک گرام تک صبح نہار منہ اور رات کو سوتے وقت پانی یا شہد کے ساتھ استعمال کرنا فائدہ مند ہے۔ بعض اوقات کلونجی اور قسطِ شیریں برابر مقدار میں ملا کر ان کا سفوف تیار کرلیا جاتا ہے اور چائے کا ایک چمچ سفوف ایک چمچ مکھن میں ملا کر کھلانے سے ہچکیاں آنا بند ہوجاتی ہیں۔

بعض ماؤں کو شکایت ہوتی ہے کہ ان کے دودھ کی کمی کی وجہ سے ان کا شیر خوار بچہ بھوکا رہ جاتا ہے۔ ایسی ماؤں کو چاہئے کہ کلونجی کے چھ سات دانے صبح نہار منہ اور رات سونے سے پہلے دودھ کے ساتھ نوش کرلیا کریں، ایام کم آتے ہوں یا تکلیف سے آتے ہوں، پیشاب میں تنگی یا رکاوٹ ہوتب بھی دو یا تین گرام کلونجی کا سفوف بنا کر کھلانا چاہئے لیکن حاملہ خواتین کو اس سلسلہ میں احتیاط برتنی چاہئے کیونکہ اس سے اسقاطِ حمل کا خطرہ رہتا ہے۔ مثانہ کی پتھری کے علاج کے لئے کلونجی کو پانی میں جوش دے کر چھان لیتے ہیں اور شہد میں ملا کر پلاتے ہیں۔

دماغی اور اعصابی کمزوری، رعشہ، فالج، لقوہ اور حافظہ کی کمزوری کی صورتوں میں کلونجی کے چند دانے روزانہ صبح نہار منہ کھا لینے چاہئیں، انہیں شہد کے ساتھ بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ چند ماہ کی پابندی سے اچھے نتائج ظاہر ہوں گے۔ اگر روغن زیتون کے ساتھ اسی طرح استعمال کروایا جائے تو چہرہ ہشاش بشاش ہوجاتا ہے۔

کلونجی کو مختلف طریقوں سے زہر کے علاج میں بھی استعمال کروایا گیا ہے۔ خاص طور پر پاگل کتے کے کاٹنے یا بھڑ کے کاٹنے کے بعد کلونجی کا استعمال مفید رہتا ہے۔ ورم کو تحلیل کرنے اور گلٹیوں کو گھلانے کی صفت بھی کلونجی میں موجود ہے چنانچہ ماہرین کو چاہئے کہ سرطان کے مریضوں کے علاج کے سلسلہ میں کلونجی پر تحقیق کریں۔

کلونجی کے استعمال کے ضمن میں یہ احتیاط ضروری ہے کہ یہ زیادہ مقدار میں طویل عرصہ تک نہ کھلائی جائے کیونکہ اس میں کچھ ایسے مادے موجود ہیں جو صحت پر مضر اثرات ڈال سکتے ہیں اس لئے زیادہ مقدار میں اور طویل عرصہ تک اگر اسے استعمال کروانا ہوتو درمیان میں چند دن کا وقفہ دیتے رہنا چاہئے۔

بیرونی طور پر لگانے سے بھی کلونجی اپنا حیرت انگیز اثر دکھاتی ہے۔ خصوصاً داد، ایگزیما، جھائیاں، برص اور ناخنوں کے امراض کی صورت میں کلونجی بہت مفید ہے۔ کلونجی کو سرکہ میں ابال کر اس کی بھاپ سونگھنا اور چھان کر اس کے چند قطرے ناک میں ڈالنا پرانے نزلہ، سر درد اور ناک کے غدود کے ورم کو دور کرنے میں فائدہ مند ہے۔ پرانے نزلہ اور نزلہ حساسی کے لئے کلونجی کو گرم کرکے سونگھنا بھی مفید ہے۔ کلونجی، ہالوں اور قسط کو برابر مقدار میں لے کر پیس لیا جائے پھر سرکہ میں حل کرکے چھان لیا جائے اور چھنا ہوا عرق کسی شیشی میں رکھ لیا جائے۔ یہ دوا زیادہ تر جلدی امراض کو دور کردیتی ہے۔

برص کے مریضوں کو چاہئے کہ وہ کلونجی اور ہالوں کو برابر مقدار میں لے کر توے پر جلالیں اور اسے تھوڑے سے سرکہ میں ملا کر اس طرح پیسیں کہ مرہم بن جائے اس مرہم کو تین سے چار ماہ کے برص کے داغوں پر لگاتے رہیں فائدہ ہوگا۔ اس کے ساتھ ساتھ اگر کلونجی اور ہالوں کا باریک سفوف شہد کے ساتھ روزانہ صبح نہار منہ کھائیں تو جلدی آرام آجاتا ہے۔

کلونجی کو دانت کے درد اور بواسیری مسے دور کرنے کے لئے بھی مختلف طریقوں سے استعمال کروایا جاتا ہے۔ کلونجی کی دھونی سے گھر میں پائے جانے والے کیڑے مکوڑے ہلاک ہوجاتے ہیں۔ اس کی اسی صفت کی وجہ سے قیمتی کپڑوں کے درمیان بھی کلونجی کو رکھا جاتا ہے۔ (بحوالہ میڈیکل جنرل آف برٹل)

کلونجی حیرت انگیز فوائد: عام مشہور سیاہ رنگ کے بیج ہیں۔ احادیث رسول پاک ﷺ نے کلونجی کی بہت تعریف فرمائی ہے حتیٰ کہ اسے موت کے علاوہ ہر مرض کے لئے شفا فرمایا ہے تو جب حضور پاک ﷺ نے ہر مرض کے لئے شفا فرمادیا تو پھر اس پر شک شبہ اور بے اعتمادی مسلمان کا عقیدہ نہیں۔ اس لئے اس کو جب بھی استعمال کریں کامل یقین، اعتماد، توجہ اور مستقل استعمال کریں۔ کچھ دن استعمال کرنے کے بعد بے یقین ہوکر چھوڑ نہیں دینا چاہئے بلکہ مرض کے خاتمے تک مستقل استعمال کرنا چاہئے۔ ذیل میں کلونجی کے وہ فوائد لکھے جارہے ہیں جو ایک نہیں ہزاروں نے آزمائے اور بہتر سے بہتر پائے۔

کلونجی اور مرگی:

آدھا چمچ صبح دوپہر شام پانی کے ہمراہ کھانے سے قبل کچھ ماہ استعمال کرچنے سے بے شمار مرگی کے مریض تندرست ہوگئے ہیں۔ لاہور کی ایک خاتون طرح طرح کے علاج کرکے تھک گئی تھی، مشورہ کے لئے تشریف لائیں تو اس خاتون کو کلونجی کی ترکیب مستقل استعمال کرنے کی ہدایت کی۔ مریضہ حیرت انگیز طور پر تندرست ہوگئی۔

اس طرح ایک بچے کو بار بار مرگی کے دورے پڑتے تھے۔ موصوف کے والد ایک بہت بڑے صنعت کار تھے۔ لیکن جب کلونجی تین دانے دن میں چار بار استعمال کرنے کا مشورہ دیا اور انہوں نے توجہ اور دھیان سے یہی نسخہ کئی ماہ استعمال کیا، بچہ ہمیشہ کے لئے اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے مرگی سے نجات پاگیا۔

نوٹ: عمر کے مطابق کلونجی کی مقدار کم یا زیادہ کی جاسکتی ہے

کلونجی کی نسوار:

کلونجی بالکل باریک پیس کر میدہ کر کے محفوظ رکھیں نسوار تیار ہے۔

☆ مرگی کے دورے کے دوران اگر اس نسوار کو سنگھائیں تو مریض بہت جلد ہوش میں آجاتا ہے۔

☆ دائمی نزلہ، زکام، ناک کا مستقل بند رہنا ایسے تمام امراض کے لئے کلونجی کی نسوار، اگر دن میں تین چار مرتبہ استعمال کی جائے تو بہت فائدہ مند ہے۔

☆ دورانِ سفر بندہ نے ایک صاحب کو ایک نسوار ناک میں استعمال کرتے ہوئے دیکھی، احساس ہوا کہ یہ نسوار مروجہ نسواروں سے ہٹ کر کوئی اور نسوار ہے۔ استفسار کرنے پر موصوف نے بتایا کہ یہ دراصل پسی ہوئی کلونجی ہے مجھے آدھے سر میں درد پڑتا تھا، کسی نے یہ ٹوٹکا بتایا۔ کئی دنوں سے استعمال کررہا ہوں بہت افاقہ ہے۔ بلکہ میں نے بعض ایسے لوگوں کو استعمال کرایا جن کے ناک کا گوشت بڑھ گیا تھا اور ڈاکٹروں نے ان کے لئے آپریشن تجویز کیا تھا لیکن جب انہوں نے یہ نسوار استعمال کی اور ساتھ آدھا چمچ کلونجی تازہ پانی کے ہمراہ دن میں دو تین بار استعمال کی تو مریض تندرست ہوگئے اور آپریشن سے بچ گئے۔ حتیٰ کہ یہ نسوار میں ناک کے اندرونی زخم اور ناک سے بدبو آنے کے مرض میں بھی استعمال کراتا ہوں الغرض یہ ڈبیہ میرے لئے ایک رحمت کا خزانہ ہے۔

اس کے علاوہ چھینکوں کی زیادتی، ناک کا مستقل بہنا اس نسوار کے ذریعہ تندرستی کا باعث ہے نیز پرانے زخموں پر اگر اس نسوار کو چھڑکا جائے تو بہت جلد مندمل ہوجاتے ہیں۔

(بحوالہ کلونجی کے کرشمات)

(کلونجی پر مزید تحقیق آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

عقلمند لوگوں کے دانشمندانہ اصول

بچ کر چلیے ایک راستہ ہے اس میں کانٹے دار جھاڑیاں ہیں۔ایک آدمی بے احتیاطی کے ساتھ اس راستہ میں گھس جاتا ہے۔اس کے جسم میں کانٹے چبھ جاتے ہیں۔کپڑا پھٹ جاتا ہے۔اپنی منزل پر پہنچنے میں اس کو تاخیر ہو جاتی ہے۔اس کا ذہنی سکون درہم برہم ہو جاتا ہے۔

اب وہ آدمی کیا کرے گا۔کیا وہ کانٹے کے خلاف ایک کانفرنس کرے گا۔کانٹے کے بارے میں دھواں دھار بیانات شائع کرے گا وہ اقوام متحدہ سے مطالبہ کرے گا کہ دنیا کے تمام درختوں سے کانٹوں کا وجود ختم کر دیا جائے تا کہ آئندہ کوئی مسافر کانٹے کے مسئلہ سے دوچار نہ ہو۔

کوئی سنجیدہ اور باہوش انسان کبھی ایسا نہیں کرسکتا اس کے برعکس وہ صرف یہ کرے گا کہ وہ اپنی نادانی کا احساس کرے گا وہ اپنے آپ سے کہے گا کہ تم کو اللہ تعالی نے جب دو آنکھیں دی تھیں تو تم نے کیوں ایسا نہ کیا کہ تم کانٹوں سے بچ کر چلتے۔تم اپنا دامن سمیٹ کر کانٹے والے راستہ سے نکل جاتے۔اس طرح تمہارا جسم بھی کانٹوں سے محفوظ رہتا اور تم کو اپنی منزل تک پہنچنے میں دیر بھی نہ لگتی۔

> تمام لوگوں کو جاننا چاہیے کہ جس طرح درختوں کی دنیا سے کانٹے دار جھاڑیاں ختم نہیں کی جاسکتیں اسی طرح سماجی دنیا سے بھی کانٹے دار انسان کبھی ختم نہ ہوں گے۔ یہاں تک کہ قیامت آجائے۔اس دنیا میں محفوظ اور کامیاب زندگی کا راز کانٹے دار انسانوں سے بچ کر چلنا ہے

اللہ تعالی نے درختوں کی دنیا میں یہ مثال رکھی تھی تا کہ انسانوں کی دنیا میں سفر کرتے ہوئے اس سے سبق لیا جائے۔مگر ایسا معلوم ہوتا ہے کہ خدا کی اس آیت (نشانی) کو کسی نے نہیں پڑھا۔خدا کے اس پیغام کو سن کر کسی نے اس سے سبق نہیں لیا۔

آج کی دنیا میں آپ کو بیشمار ایسے لوگ ملیں گے جو انسانی کانٹوں کے درمیان بے احتیاطی کے ساتھ سفر کرتے ہیں اور جب کانٹے ان کے جسم سے لگ کر انہیں تکلیف پہنچاتے ہیں تو وہ ایک لمحہ سوچے بغیر کانٹوں کو برا بھلا کہنا شروع کر دیتے ہیں۔وہ اپنی نادانی کو دوسروں کے خانہ میں ڈالنے کی بے فائدہ کوشش کرنے لگتے ہیں۔

ایسے تمام لوگوں کو جاننا چاہیے کہ جس طرح درختوں کی دنیا سے کانٹے دار جھاڑیاں ختم نہیں کی جاسکتیں اسی طرح سماجی دنیا سے بھی کانٹے دار انسان کبھی ختم نہ ہوں گے۔ یہاں تک کہ قیامت آجائے۔اس دنیا میں محفوظ اور کامیاب زندگی کا راز کانٹے دار انسانوں سے بچ کر چلنا ہے۔ اس کے سوا کوئی اور بھی طریقہ صرف بربادی میں اضافہ کرنے کے سوا اور کچھ نہیں۔

حکیمانہ طریقہ: زندگی میں بار بار ایسا ہوتا ہے کہ آدمی کو یہ فیصلہ کرنا پڑتا ہے کہ وہ کیا کرے اور کیا نہ کرے ایسے مواقع پر فیصلہ کرنے کی دو بنیادیں ہیں۔ایک یہ کہ کیا درست ہے،دوسرے یہ کہ کیا ممکن ہے:

1.What is right? 2.What is possible?

حکیمانہ طریقہ یہ ہے کہ ذاتی معاملہ میں آدمی یہ دیکھے کہ کیا درست ہے۔اور جو طریقہ درست ہو اس کو اختیار کرے۔مگر اجتماعی معاملہ کے لئے صحیح بات یہ ہے کہ یہ دیکھا جائے کہ ممکن کیا ہے اور جو چیز ممکن ہو اس کو اپنا لیا جائے۔

اس فرق کی وجہ یہ ہے کہ ذاتی معاملہ میں سارا مسئلہ صرف اپنی ذات کا ہوتا ہے۔آپ کو اپنی ذات پر پورا اختیار ہے۔اپنی ذات کو آپ جس طرف چاہیں موڑیں اور اپنے ساتھ جو چاہیں سلوک کریں۔اس لئے آپ کو اپنی ذات کے معاملہ میں معیار پسند ہونا چاہیے۔اور حتی الامکان وہی رویہ اختیار کرنا چاہیے۔جو مذہب اور اخلاق کی روح سے مطلوب ہے۔

مگر اجتماعی معاملہ میں آپ کی ذات کے ساتھ ایک اور فریق شامل ہو جاتا ہے۔اس خارجی فریق پر آپ کو کوئی اختیار نہیں۔آپ اس سے کہہ سکتے ہیں مگر اس کو کرنے پر مجبور نہیں کر سکتے۔ایسی حالت میں عقل مندی کی بات یہ ہے کہ اجتماعی معاملہ میں "ممکن" کو دیکھا جائے۔دو صورتوں میں سے جو صورت عملاً ممکن ہو اس پر اپنے آپ کو راضی کر لیا جائے۔

ذاتی معاملہ میں "درست" پر چلنے سے زندگی کا سفر رکتا نہیں۔وہ برابر جاری رہتا ہے۔مگر اجتماعی معاملہ میں ایسا کیا جائے تو فریق ثانی کی مخالفت فوراً آپ کے سفر کو روک دیتی ہے اب سفر کو ملتوی کر کے ساری طاقت نزاع کے محاذ پر خرچ ہونے لگتی ہے۔اس لئے مفید اور نتیجہ خیز طریقہ یہ ہے کہ فریق ثانی کے مطالبہ کی رعائت کرتے ہوئے۔عمل کی جو ممکن صورت مل رہی ہے اس کو اختیار کیا جائے حال کو مستقبل کے حوالہ کرتے ہوئے اپنا سفر جاری رکھا جائے۔ یہی اس دنیا میں زندگی گزارنے کا حکیمانہ طریقہ ہے۔

تعمیر شعور دوسری جنگ عظیم تک امریکہ ساری دنیا میں موٹر کار کا سب سے بڑا تاجر تھا۔ہر آدمی کے ذہن پر "رولس رائس" کار کی عظمت چھائی ہوئی تھی۔دوسری جنگ عظیم کے بعد جرمنی کی ووکس ویگن کا زمانہ آیا ۱۹۷۰ تک ۱۴۰ ملکوں میں سولہ ملین سے زیادہ ووکس ویگن گاڑیاں فروخت ہو چکی تھیں۔مگر اب جاپانی کارواں کا زمانہ ہے۔آج ٹویوٹا (نہ کہ جنرل موٹرس) کارواں کی دنیا کا بادشاہ ہے امریکہ کی سڑکوں پر آج جو کاریں دوڑتی ہیں ان میں ۳۵ فیصد کاریں جاپان کی بنی ہوئی ہوتی ہیں۔

آج دنیا بھر میں استعمال ہونے والا الکٹرانک تک سامان ۸۰ فی صد جاپان کا بنا ہوا ہوتا ہے۔امریکہ کا "اپالو دوم" جب چاند پر گیا تو اس کے اندر رکھنے کے لئے ایک بہت چھوٹے ٹیپ ریکارڈ (کیسٹ ریکارڈر) کی ضرورت تھی۔اتنا چھوٹا اور بالکل صحیح کام کرنے والا ریکارڈر صرف جاپان فراہم کر سکتا تھا۔چنانچہ "اپالو دوم" کے ساتھ جاپانی ساخت کا ریکارڈر رکھ کر اسے چاند پر روانہ کیا گیا۔

> جاپانیوں نے اپنے یہاں ابتدائی تعلیم کا انتہائی اعلی معیار قائم کیا۔انہوں نے ابتدائی معلموں کو اعلی تنخواہ اور پرفیسروں والا اعزاز دینا شروع کیا اور اس طرح اعلی ترین صلاحیت کے اساتذہ کو اپنی نئی نسل کی تعلیم وتربیت پر لگا دیا

دوسری جنگ عظیم تک جاپان کا یہ حال تھا کہ (Made In Japan) کا لفظ جس سامان پر لکھا ہوا ہو اس کے متعلق پیشگی طور پر یہ سمجھا جاتا تھا کہ یہ سستا اور ناقابل اعتماد ہو گا۔جاپانی سامان کی تصویر اتنی گھٹیا تھی کہ مغربی ملکوں کے تاجر جاپانی ساخت کا سامان اپنی دکان پر رکھنا اپنی ہتک سمجھتے تھے۔پھر صرف ۴۰ سال کے اندر جاپان نے کس طرح ایسی انقلابی ترقی حاصل کر لی۔ایک امریکہ عالم "ولیم اویوچی" William O.uchi کے الفاظ میں اس کا راز اپنے کارکنوں کے اندر داعیہ پیدا کرنا Motivation of the employees ہے۔

جاپانیوں نے اپنے یہاں ابتدائی تعلیم کا انتہائی اعلی معیار قائم کیا۔انہوں نے ابتدائی معلموں کو اعلی تنخواہ اور پرفیسروں والا اعزاز دینا شروع کیا اور اس طرح اعلی ترین صلاحیت کے اساتذہ کو اپنی نئی نسل کی تعلیم وتربیت پر لگا دیا۔انہوں نے اپنے افراد میں نہایت گہرائی کے ساتھ یہ شعور پیدا کیا کہ صنعت میں اصل چیز معیار Quality ہے۔جدید جاپان میں ہر جگہ کوالٹی کنٹرول سرکل قائم ہیں ۱۹۸۰ تک ایک لاکھ کوالٹی کنٹرول رجسٹرڈ سرکل ہو چکے تھے۔اس کے علاوہ کہا جاتا ہے کہ ایک ملین غیر رجسٹرڈ کوالٹی سرکل بھی جاپان میں موجود ہیں۔

(کتابِ زندگی' مولانا وحید الدین خان')

ہمیشہ حق کی بات کرو چاہے دوسرے کو تلخ معلوم ہو لیکن حکمتِ عملی کو ملحوظ رکھنا چاہئے

یہ الجھے خط مجھے غمگین رکھتے ہیں

یہ دکھ بھری کہانیاں، یہ درد بھرے خط اور غم زدہ آپ بتیاں دراصل معاشرے کے مسائل کی عکاسی ہے مجھے ہزاروں خط موصول ہوتے ہیں راز داری کا خیال رکھتے ہوئے ان میں سے چند خطوط کا انتخاب آپ کے لیے، آخر اس درد کی دوا کیا ہے آپ ہی بتائیں؟ میں بھی سینے میں دل رکھتا ہوں یہ بے شمار الجھے دکھی خط مجھے غمگین رکھتے ہیں نوٹ:۔مدیر کا لوگوں کی رائے سے متفق ہونا ضروری نہیں۔

۱) محترم حکیم طارق صاحب خدا آپ کو سلامت رکھے (آمین) **السلام علیکم**: حکیم صاحب میں نے آپ کے کہنے پر آیت کریمہ پورے 4 دن تہجد کے ٹائم پڑھنا شروع کیا تھا مگر تہجد کے ٹائم روزانہ نہ پڑھ سکی پھر میں نے ظہر کی نماز کے بعد شروع کیا 17 تاریخ کو شروع کیا 40 دن پورے ہو گئے دو انمول خزانے بھی شروع کیے دو انمول خزانے اب بھی پڑھتی ہوں زندگی رہی تو ضرور پڑھتی رہوں گی پڑھنا نہیں چھوڑوں گی مگر گھر میں جھگڑے فساد پریشانیاں اسی طرح ہیں اب تو مجھے جنات اور بچے بہت نظر آنے لگ گئے ہیں ایک دم غائب ہو جاتے ہیں آپ مجھے فرمائیں کہ آیت کریمہ دوبارہ شروع کروں یا نہیں حکیم صاحب اپنے پوتے پوتی پر مجھے بہت ترس آ رہا ہے مسکین بچے ہیں کسی سے ادھار مانگ کر خرچا پورا کرتی ہوں اب اپنا مکان فروخت کرنے لگے ہیں اچھی قیمت میں مکان فروخت ہو جائے ایک تو یہ گھر چھوڑ دیں اس لیے کہ مجھے پورا شک ہے کہ میرے بچوں کی چاچی کا بھائی جادوگر ہے 50 سال اس شخص کی عمر ہے کنوارا لڑکا ہے وہ "ل" چھوڑ کر "ر" اپنی بہن کے پاس رہ رہا ہے۔ہم نے تو ان کے گھر جانا چھوڑ دیا ہے۔ بچوں کی دادی کو فوت ہوئے 10 سال ہو گئے ہیں وہ بھی ہر وقت اپنے بیٹے کو ہر وقت بتاتی تھی کہ مجھے جن بہت نظر آتے ہیں مگر گھر میں کوئی مانتا ہی نہیں تھا اور میرے بچوں کی دادی یہ بھی کہتی تھی کہ وہ ہم پر جادو کرتا ہے لوگ سب اسے جادوگر کہتے ہیں۔ حکیم صاحب میں نے استخارہ بھی کیا تھا کہ مکان فروخت کروں یا نہ کروں 4 دن بعد خواب میں سفیدی سفیدی نظر آئی مولوی صاحب نے اس کی تعبیر بہتر بتائی اس لیے مکان فروخت کرنے لگے ہیں یہ بھی سوچ لیا ہے کہ یہ شہر ہی چھوڑ دیں ان ظالموں جادوگروں سے دور چلے جائیں۔ میں آپ سے دعا کروانے لاہور بھی آتی مگر میں اب تو زیادہ مجبور ہو گئی ہوں بیٹا اور بہو دونوں نافرمان ہیں خدا ان کو ہدایت دے اب میرا ارادہ ہے انمول خزانہ نمبر 1، انمول خزانہ نمبر 2 زیادہ سے زیادہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے چینی ڈال کر ان کو پانی پلاؤں تو خدا ان کو ہدایت دے دے آمین، بہو رات دن خاوند کو کہتی ہے کہ مجھے کرائے پر مکان لے کر دو کیا کروں بہت ہی گھر میں فساد ہیں حکیم صاحب ضروری تاکید ہے کہ خط ملتے ہی جلدی جواب دیں اور وظائف والا کتابچہ بھی ضرور بھیجنا مہربانی ہوگی۔ حکیم صاحب دعا فرمائیں کہ اللہ ہماری پریشانیاں دور کر دے اور ہمارے گھر میں سلوک اتفاق پیدا ہو (آمین) شہر چھوڑنا ہمارے لیے بہتر ہے یا نہیں؟۔شکریہ!

۲) محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم: انسان کی زندگی میں نشیب و فراز آتے ہی رہتے ہیں۔ یہ کوئی انہونی نہیں۔ مگر میری 28 سالہ ازدواجی زندگی نشیب سے ہی بھری ہوئی ہے میں اللہ کی رضا جان کر ابھی تک برداشت کیے جا رہی ہوں مگر اب میری اولاد بھی تباہی کے دھانے پر آ کھڑی ہوئی ہے لہٰذا اب میں یہ سوچنے پر مجبور ہو گئی ہوں کہ یہ سب یقیناً کسی نہ کسی حاسد کی کارروائی ہے۔ آپ میرے حالات جاننے کے بعد میری رہنمائی فرمایئے گا اور اس کا توڑ بھی بتا دیجیے گا۔ اللہ آپ کو اس کا اجر عظیم عطا فرمائے گا۔

میری شادی میرے خالہ زاد سے ہوئی۔ ابتدائی دنوں میں ہی اپنی نند کے ساتھ کسی کے گھر جانے کا اتفاق ہوا۔ وہاں موجود عورت بہت اچھا ہاتھ دیکھا کرتی تھی لہٰذا میری نند نے مجھے بھی کہا کہ میں اپنا ہاتھ اس عورت کو دکھاؤں، وہ میرا ہاتھ دیکھ کر پریشان ہو کر پوچھنے لگی کہ تمہاری ساس کا کیا نام ہے؟ میں نے بتایا کہ ان کا نام ہے۔ کہنے لگی وہ تمہارے لیے صرف اور صرف "کینہ" ہے اور تمہارا شوہر بچھو ہے جبکہ تم ایک دیوار ہو، آنے والے واقعات نے واقعی ثابت کر دیا کہ اس عورت کا کہا ہوا درست تھا۔

سسرال میں مالی تنگیاں پہلے دن سے آج تک ہیں۔ لوگ دن بدن ترقی کرتے ہیں اور ہم لوگ دن بدن گھاٹے کی طرف جا رہے ہیں۔ مکان بھی کرایہ کا ہے۔ اندر سامان صرف وہی ہے جو میں جہیز میں لے کر آئی تھی ماسوائے چند ایک چیزوں کے پھر بھی میں ساری زندگی یہی طعنے سنتی آئی ہوں کہ میں غریب گھرانے سے آئی ہوں۔ حالانکہ میرے والدین کا اپنا ذاتی مکان ہے اور مالی حالات بھی سسرال سے بہتر ہیں۔ صرف محسوس ہوتا تھا کہ شروع شروع میں میرے خاوند کا رویہ میرے ساتھ بہتر تھا مگر میری ساس کے کہنے پر وہ مجھے مار پیٹ کرنے لگتا تھا۔ پہلے بیٹے کی پیدائش پر بھی میری ساس نے میرے خاوند کو کھل کر خوشی کا اظہار نہیں کرنے دیا حالانکہ وہ اندر سے خوش تھا۔ نہ ہی میری ساس نے میرے خاوند کو کبھی میری ضروریات پوری کرنے کی ترغیب دلائی اور نہ ہی بچوں کی۔ (میرا خاوند اپنی ماں اور بہنوں کی بات مانتا ہے) 28 سال تک سوائے تین وقت کی روٹی کے میرے خاوند نے باقی ضرورتوں کیلئے پیسے نہیں دیئے۔ شادی کے 6 ماہ کے بعد ہی میرا سارا زیور بیچ دیا گیا تھا۔ کوئی بچہ بیمار ہو یا بچوں نے کپڑے بنانے ہوں تو یہ سب مانگ تانگ کر (زیادہ تر میری والدہ نے دیا) کیا گیا۔ حتیٰ کہ ابھی تک آغاز میں میرے خاوند کو میری ساس پٹیاں پڑھاتی تھی مگر بعد میں یہ میرے خاوند کی فطرت بن گئی۔ اس نے میرے ساتھ میرے بچوں کو بھی مارنا پیٹنا شروع کر دیا۔ اب یہ عالم ہے کہ میرا خاوند اپنے پانچوں بچوں سے شدید نفرت کرتا ہے مجھے پورے خاندان میں بدنام کیا گیا۔ ہر گھر میں میری بدتعریفوں کے تذکرے کئے گئے اور اب یہی سب میرے بچوں کے ساتھ بھی ہو رہا ہے۔ نہ ہی میرے بچوں کو پڑھایا لکھایا گیا، سب کسی نہ کسی نفسیاتی مسئلے کا شکار ہو گئے ہیں۔ ایک بیٹی اور دو بیٹے تھوڑا بہت پڑھ گئے (اپنی ضد اور پڑھائی سے دلچسپی ہونے کی بناء پر) میرے بچوں کو نفرت، حقارت، تنقید اور گالی گلوچ کا ماحول دیا گیا (باپ اور دادی کی طرف سے) دادا کافی عرصہ پہلے فوت ہو گئے جبکہ نندیں بیاہی گئی مگر سب سے آخری نند میرے بچوں کو پوری طرح بگاڑ کر گئی۔ مختصراً یہ کہ زندگی مصائب سے بھری ہوئی گزاری ہے کسی گھر میں ٹک کر رہنا نصیب نہیں ہو رہا۔ سال، ڈیڑھ سال بعد مکان چھوڑنا پڑ جاتا ہے۔ بچے بھی بار بار مکان بدل بدل کر احساس کمتری کا شکار ہو چکے ہیں مگر میرے خاوند کو اس کام میں رتی برابر بھی شرمندگی محسوس نہیں ہوتی۔ ایک بات جو متواتر دو مکانوں میں میری بہن نے نوٹ کی وہ یہ ہے کہ میری ساس گھر میں داخل ہونے کے بعد منہ ہی منہ میں کچھ پڑھ کر پھونک مارتی ہے، اللہ بہتر جانتا ہے کہ کیا معاملہ ہے۔

بچے نہ ہی اپنے آپ سے محبت کرتے ہیں اور نہ ہی ماں باپ کی عزت کرتے ہیں۔ ہٹ دھرمی اور انا ان میں اپنے باپ کی طرح کوٹ کوٹ کر بھری ہوئی ہے۔ چلو باپ نے تو ان پر بے تحاشا ظلم و ستم کیا ہوا ہے اگر بدلے میں بچے باپ سے نفرت کا اظہار کرتے ہیں تو یہ تو ادلے کا بدلہ ہوا مگر میں نے تو کبھی بچوں کو مارا تک نہیں پھر وہ میری عزت یا مجھ سے محبت کیوں نہیں کرتے؟ میرے بچے اس قدر نافرمان ہیں کہ سب کچھ لکھنے کی مجھ میں تاب نہیں اب میں باری باری مختصراً اپنے بچوں کی ذہنی الجھنیں اور ان کے ماضی اور حال کا بیان کرنے لگی ہوں تا کہ اب میرے کرب کا اندازہ کر سکیں۔

بڑا بیٹا (ح۔م۔ب) ہے عمر 27 سال ہے۔ باپ نے بچپن سے ہی قرآن پڑھانے بٹھا دیا۔ اس لڑکے نے باپ اور استادوں کی اس قدر مار کھائی ہے کہ بیان سے باہر ہے اکثر مار کھاتے کھاتے وہ مرنے کے قریب ہو جاتا تھا مگر بے رحم باپ کو اس پر رحم نہ آتا اور اسے بچاتے بچاتے گھر کے دوسرے لوگ بھی زخمی ہو جاتے۔ اس نے گھر سے بھاگ جانے میں عافیت محسوس کی۔ لہٰذا جب بھی اس سے انجانے میں کوئی غلطی ہو جاتی یا پھر سبق یاد نہ ہوتا تو مار سے بچنے کے لیے وہ گھر سے بھاگ جاتا اور مہینوں بعد یا تو اسے تلاش کر کے لایا جاتا یا پھر وہ خود ہی آ جاتا۔ قرآن حفظ کرنے کے بعد بھی وہ گھر سے غائب رہنے لگا۔ بظاہر اب کوئی وجہ نہیں تھی کہ وہ گھر سے غائب ہوتا۔ 3,2 ماہ گھر میں رہنے کے بعد پھر سے اسے دورہ پڑ جاتا اور وہ پھر گھر سے غائب ہو جاتا۔ ایسا کرتے کرتے عمر کے 20 سال گزر گئے۔ عرصہ 7 سال سے اس نے گھر سے بھاگنا چھوڑ دیا ہے۔ اب وہ جس نوکری میں بھی لگتا ہے اس کو یا تو وہاں سے جواب دے دیا جاتا ہے یا پھر وہ خود ہی چھوڑ دیتا ہے۔ سیٹ ہونے کیلئے اب سنجیدگی

سے کوششیں کر رہا ہے مگر بے سود میری بہن کا بیٹا دبئی میں ہے وہ اسے بلوانے کی جتنی کوششیں کر رہا ہے وہ سب ناکام ہو جاتی ہیں، کبھی شناختی کارڈ پر تصویر کا مسئلہ آڑے آجاتا ہے اور کبھی رقم کا نہ ہونا۔ الغرض وہ 7 سال سے سخت محنت اور عزم کے باوجود کامیاب نہیں ہو پا رہا۔ ساڑھے تین سال پہلے اس کا نکاح کیا تھا حالات بالکل ٹھیک ٹھاک تھے۔ رخصتی کچھ عرصہ بعد ہونی قرار پائی تھی مگر کچھ عرصہ بعد ہی لڑکی نے خلع کا مطالبہ کر دیا۔ لڑکی نے رخصتی کروانے سے صاف انکار کر دیا لہٰذا مجبوراً طلاق دینی پڑی۔ اس واقعہ نے میرے بیٹے کو اندر سے توڑ پھوڑ کر رکھ دیا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ میری طرح میری اولاد کے نصیب میں بھی محرومیاں ہی محرومیاں لکھی ہیں۔

دوسرا بیٹا (۔م۔ع) ہے باپ نے سکول کی پڑھائی مہنگی ہونے کی وجہ سے بیٹوں کو مدرسوں میں ڈال دیا تھا لہٰذا لگے بندھے دوسرے بیٹے نے بھی قرآن حفظ کر لیا، اس بچے کی پیدائش پر ایک عجیب واقعہ ہوا میری چھوٹی نند آگے بڑھی اور کہا اس بچے کو گھتی میں دوں گی۔ گھتی دینے کے بعد بولی دیکھنا یہ بچہ اک "شے" بنے گا اور واقعی میرا یہ بیٹا اک شے بن گیا۔ چرس کا اس حد تک عادی ہو چکا ہے۔ چرس چھوڑنے کیلئے کسی صورت تیار نہیں۔ نشے کے دوسری تمام برائیوں میں ملوث ہے، ناقابل بیان برائیاں، ایک مرتبہ ڈاکہ بھی ڈالنے کی کوشش کی پکڑے جانے پر کئی جھوٹے مقدمات بھی اس پر ڈالے جا چکے ہیں۔ بہن کی شادی پر ہنگامی طور پر رشتے داروں نے بیچ میں پڑ کر چھڑوا تو لیا مگر باپ پیشیاں نہیں بھگت رہا ہے۔ اب اگر آخری پیشی بھی نہ بھگتوائی گئی تو وہ اشتہاری قرار دے دیا جائے گا اس کی کوئی زندگی نہیں ہے۔ نشہ اور گناہ ہیں۔

تیسرا بیٹا (۔ع۔م) ہے یہ صرف نام کا حافظ ہے وگرنہ اسے قرآن آتا جاتا بالکل نہیں۔ اس لڑکے نے اپنے آپ سے نفرت اور ہم سے بغاوت کا بالکل جدا اور غلط انداز اختیار کیا ہے اس کے دل میں اسلام کیلئے کوئی محبت نہیں۔ یہ برملا دوسرے مذاہب کو اسلام پر ترجیح دیتا ہے۔ دوسرے مذاہب کا مطالعہ بھی کرتا ہے۔ اگرچہ نماز، قرآن دوسرے بچے بھی نہیں پڑھتے مگر یہ تو صاف ان چیزوں سے انکاری ہے یہ لڑکا جمعہ حتیٰ کہ عید کی نماز بھی نہیں پڑھتا۔ ہر دم موسیقی سنتا اور دیکھتا رہتا ہے اللہ اس لڑکے کو اپنے گناہوں پر توبہ کرنے کی توفیق فرما دے اور باقی سب کی زندگیوں میں سے بھی گندگیاں اور محرومیاں دور کر دے تو میری کم از کم عاقبت تو سنور جائے۔ (آمین)

سب سے چھوٹا لڑکا   ہے اس میں اعتماد کی اس قدر کمی ہے کہ اسے دیکھ کر لگتا نہیں ہے کہ وہ کچھ قابل قدر کام کر سکے۔ پڑھائی میں بھی کچھ خاص نہیں ہے اور منہ پھٹ اور بدتمیز بے حد ہے۔

اکلوتی بیٹی کی دو سال قبل شادی کی اسکا بیٹا سال کا ہے اور اب بیٹی بھی ہو گئی ہے اسکے سسرال والوں اور خاوند نے اس پر اتنے مظالم کئے ہیں کہ بقول اس کے وہ عنقریب پاگل ہونے والی تھی۔ اس پر دورے بھی پڑنے لگے تھے وہ دونوں بچوں سمیت ہمارے گھر آ گئی ہے اور اب دوبارہ واپس جانے پر کسی صورت رضا مند نہیں ہو رہی اور طلاق کا مطالبہ کر رہی ہے۔ کیا سب دکھ اور مصائب میرے اور میرے بچوں کیلئے ہی رہ گئے تھے؟ کبھی کبھی تو مجھے یہ کسی بددعا کا نتیجہ لگتا ہے یا جادو کا اس سلسلے میں کچھ باتیں قابل ذکر ہیں۔

ایک دفعہ میری بہن نے کسی دم کرنے والے سے میرے حالات کا تذکرہ کیا تو انہوں نے کہا کہ   صاحب (میرا خاوند) پھر بھی کچھ بہتر ہے مگر ان کی ماں اصل فساد ہے۔ اسی بہن نے کسی اور سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ آپکے بہنوئی کو "گرم" کیا گیا ہے تا کہ آپ کی بہن اور آپ کے بچوں کی زندگیاں تباہ کی جاسکیں۔ ایک عامل صاحب نے سب کی تصویریں منگوائیں اور دیکھ کر کہا کہ ہم دونوں میاں بیوی کے ساتھ ساتھ ہماری اولاد کے بھی نصیب باندھ دیئے گئے ہیں ہماری خوشیوں پر پہرہ بٹھا دیا گیا ہے۔ افسوس کہ ان لوگوں نے کوئی بھی اسکا توڑ نہیں بتایا جس سے ہم پر بھی خوشیوں کے دروازے کھل جاتے۔ ایک اور بات جس کا ذکر کرنا میں ضروری محسوس کرتی ہوں وہ یہ کہ ایک دفعہ میری سب سے چھوٹی نند ہمارے گھر رہنے آئی (وہ ہمارے گھر رہنے نہ ہی اس سے پہلے آئی اور نہ ہی بعد) دو یا تین دن بعد رہائش کے دوران اس نے گوشت بالکل نہیں کھایا (حالانکہ اس کی خاطر خاص طور پر میرے خاوند نے پکوایا تھا) ایک دن میں نیچے کچن سے سامان لے کر اوپر والے پورشن میں آئی تو وہ ہمارے کمرے میں قبلے کی طرف سے منہ موڑ کر دائیں طرف جائے نماز بچھائے نماز پڑھ رہی تھی۔ ہمارے منع کرنے اور قبلہ کا درست رخ بتانے کے باوجود بھی اس نے ایسے ہی نماز پڑھی۔ مجھے اس پر شک ہوا کسی سے پچھوانے پر بتایا گیا کہ یہ عمل گھر میں فتنہ فساد پھیلانے کیلئے کیا گیا ہے، اللہ بہتر جانتا ہے کہ حقیقت کیا ہے۔ مگر یہ بات سچ ہے کہ اس واقعہ کے کچھ دنوں کے بعد سے ہی میرے خاوند کا مزاج پہلے سے زیادہ گرم ہو گیا اور اس نے معمولی سے معمولی بات پر بھی بچوں اور مجھے مارنا تیز کر دیا۔ بچوں میں بھی آپس میں لڑائی جھگڑا معمول بن گیا ہے۔

اس کے بعد ایک دفعہ اسی نند نے میرے خاوند کیلئے ایک تعویز بھجوایا کہ اسے اپنے بازو پر باندھے رکھنے سے کاروبار میں ترقی ہوگی میرے خاوند نے وہ تعویز کافی عرصہ استعمال کیا بالآخر وہ گم ہو گیا۔ اب پتہ نہیں کہ وہ تعویز کاروبار کیلئے ہی تھا یا کسی اور مقصد کیلئے تھا۔ ایک بات اور آپ کو بتانا ضروری خیال کرتی ہوں   کہ ایک بہت ہی قریبی شخص نے بہت پہلے بتایا تھا کہ میری ساس پر جن کا سایہ ہے یہ جن پہلے میری ساس کی ساس پر تھا پھر ان کے فوت ہو جانے کے بعد سے یہ میری ساس پر آ گیا ہے یہ جن میری ساس کو اندر ہی اندر بہت ستاتا ہے۔ (یہ باتیں میری بیٹی کو میری بڑی نند کی بیٹی کے ذریعے معلوم ہوئیں) ہم سے بے تحاشا نفرت اور بغض و کینہ رکھنے کے باوجود میری ساس ہمارے ساتھ ہی رہتی ہے وہ کچھ عرصہ کیلئے دوسرے بیٹے اور بیٹیوں کے گھروں میں جاتی ہے مگر جلد ہی لوٹ آتی ہے۔ اب 70 سال کی عمر ہو چکی ہے دو معمولی دل کے دورے پڑ چکے ہیں۔ وہ بضد ہے کہ اس نے ہمارے گھر میں ہی رہنا ہے۔ حالانکہ دوسرا بیٹا کھاتا پیتا ہے وہ ماں کو اپنے گھر لے جانا چاہتا ہے تا کہ اس کی تیمارداری اچھی طرح ہو سکے مگر وہ نہ جانے پہ بضد ہے۔ کہتی ہے کہ میری وصیت ہے کہ میرا جنازہ "م۔ر" (میرے خاوند) کے گھر سے ہی نکلے۔ دوسرا دورہ جب پڑ رہا تھا تو وہ مجھے بار بار اپنے نزدیک بلوا رہی تھی اور مجھے جسم دبانے کا کہے جا رہی تھی۔ پھر ہسپتال لے جاتے ہوئے بھی مجھے ساتھ چلنے کا کہہ رہی تھی۔ میری بیٹی کو شک گزرا ہے کہ اگر جن والی بات حقیقت ہے تو پھر میری ساس یہ چاہتی ہے کہ میری موت کے وقت میں اس کے نزدیک رہوں تا کہ وہ جن اب میرے اوپر آ سکے اب میری ساس پھر شور کرنے لگی ہے کہ مکان بدلو کیونکہ یہ گھر دوسری منزل پر ہے اور میں سیڑھیاں نہیں چڑھ سکتی۔ عارضی طور پر وہ کسی دور پرے کے عزیز کے گھر جا بیٹھی ہے اور میرے خاوند پر زبردستی مکان چھوڑنے کیلئے دباؤ ڈال رہی ہے میرا خاوند اپنی ماں اور بہنوں کی ضد کے آگے مجبور ہو کر مکان دیکھنا شروع کر بیٹھا ہے حالانکہ وہ بھی مکان بدلنے کی پوزیشن میں نہیں ہے اب ہمیں ایک ہفتہ کا الٹی میٹم دیا گیا ہے یعنی 5 جون سے پہلے پہلے مکان بدلنا ہوگا۔ بہت دنیا کرایہ پر رہتی ہے مگر ہم لوگ تو ہر سال ہی مکان بدلنے بیٹھے ہوتے ہیں آخر یہ سب کیا ہے؟

آپ سے اس امید پر سب کچھ شیئر کیا ہے کہ آپ ہمارے لیے نہ صرف یہ کہ خود اللہ تعالیٰ سے دعا کریں بلکہ مجھے اور میری اولاد کو بھی کچھ ایسی پڑھائی یا تعویز بتائیں کہ ہمارے مسائل حل ہو جائیں مجھے اور میرے بچوں کو شک ہے کہ میری ساس اور نندیں ان کی تباہی کا سبب ہیں یہ بات انہوں نے اپنے عمل سے ثابت کروائی ہے اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ ہم پر جادو بھی کیا گیا ہو بہرحال ہر دو صورتوں میں مجھے اپنی ساس اور سب سے چھوٹی نند پر شک ہے۔

آپ برائے مہربانی ہم پر رحم فرمائیں اور جس حد تک ہماری مدد کر سکتے ہیں کر دیجیے اللہ آپ کو اس کا اجر عطا فرمائے (آمین) معلوم نہیں کہ آپ کو یہ خط کب ملے گا؟

میری حاجات اب یہ ہیں کہ ☆ ہمیں مزید مکان نہ بدلنے پڑیں بلکہ ہماری جو 10 مرلے زمین ہے اس پر یا تو ہم مکان بنا سکیں یا گروی مکان لے لیں۔ ☆ میری ساس اپنی ضد ختم کر دے اور دوسرے بیٹے کے گھر چلی جائے ☆ میرے پانچوں بچے صراط مستقیم پر چل پڑیں ☆ میرے چاروں بیٹے اچھی نوکریوں یا کاموں پر لگ جائیں ☆ میری بیٹی کا خاوند اسے علیحدہ مکان لے دے اور بیوی بچوں کے حقوق پورے پورے ادا کرنے لگے ☆ میرے سارے بچے ماں اور باپ کے فرمانبردار ہو جائیں۔ ☆ میرے خاوند کو اپنی کوتاہیوں کا احساس ہو جائے اور وہ ہمارے حق میں بہتر ہو جائیں ☆ اللہ ہم سب کو معافی کی توفیق عطا فرما دے اور ہمیں جنت کے قابل بنا دے۔

(اللہ ہم پر رحم فرما دے، آمین)

بچوں کو زہریلی اشیا سے بچایئے

گھر میں استعمال ہونے والی عام اشیاء میں بے احتیاطی دو سال تک کے بچوں کیلئے جان لیوا ثابت ہوسکتی ہے۔

قیام حمل سے لیکر عمر کے دو سال تک کا عرصہ بچے کی نشوونما کے لئے بڑی اہمیت رکھتا ہے۔ اس عرصہ کے دروان کیمیائی مادوں، کیڑے مار دواؤں اور آلودگی پھیلانے والی دیگر اشیاء میں شامل زہریلے اجزا شکم مادر میں نیز پیدائش کے بعد کافی نقصان دہ اثرات بچے کی صحت پر مرتب کرتے ہیں۔ ان اثرات کے باعث بچہ پیدائشی نقائص کے علاوہ دمہ جیسی بیماریوں یہاں تک کہ سرطان کے مرض میں بھی مبتلا ہوسکتا ہے۔ برطانیہ کے اخبار ڈیلی میل نے پچھلے دنوں والدین کی رہنمائی کیلئے ایسی بعض اشیاء کی فہرست شائع کی جو بچوں کے لئے اپنے زہریلے اثرات کے باعث خطرناک ہیں اور جن سے بچوں کو محفوظ رکھنے کی کوشش کرنا چاہیے۔ وہ اشیاء یہ ہیں:

سپرین: بہت سی عام استعمال کی دوؤں میں اسپرین شامل ہوتی ہے جنہیں اگر حمل کی آخری سہ ماہی میں خواتین کھائیں تو وضع حمل کے وقت بچے کے جسم سے خون جاری ہوجاتا ہے۔ اور اگر خواتین حمل کے پہلے نصف حصے میں یہ ادویہ استعمال کریں تو بچے کی کسر ذہانت (آئی کیو) پر منفی اثرات مرتب ہوسکتے ہیں۔ لہذا حمل کے دوران معالج کی ہدایت کے بغیر کوئی روزمرہ کی عام دوا بھی استعمال نہ کیجئے۔

دودھ کی بوتلیں: دودھ پلانے والی پلاسٹک کی بوتلوں میں کیمیائی اجزاء بھی ہوتے ہیں جو بوتل کے اندر دودھ یا پانی وغیرہ میں شامل ہوسکتے ہیں۔ شیشے کی بوتل میں یہ زہریلا مادہ نہیں ہوتا۔ لیکن ضروری ہے کہ یہ بوتل کوئی بڑا آدمی پکڑے رہے۔ کیونکہ بچے کے ہاتھ میں دینے سے اس کے ٹوٹنے اور بچے کے زخمی ہونے کا خطرہ رہتا ہے۔ پلاسٹک یا ربڑ کے نپل کو پانچ منٹ تک پانی میں ابالیں تاکہ ان میں کیمیائی اشیاء کا اثر کم ہوجائے۔ پلاسٹک کی بوتل استعمال کریں تو موٹے پلاسٹک کی کیجئے اور اس میں دودھ یا دوسری رقیق اشیاء ایک گھنٹے سے زیادہ نہ رکھیے۔

قالین: قالینوں میں زہریلی کیمیائی اشیاء خاصی ہوتی ہیں۔ رپورٹ کے مطابق ان زہریلے مادوں کی تعداد ۶۴ تک بتائی گئی ہے۔ ان میں سے بعض بچے کے اعصاب کو مستقل طور پر نقصان پہنچا سکتی ہیں اور بچے کی سیکھنے سمجھنے کی صلاحیت کو متاثر کرسکتی ہیں۔ نیز بچے کو متلی، درد سر اور تکان کا مریض بنا سکتی ہیں۔ قالین کی صفائی سے پہلے اگر اس پر کھانے کا سوڈا خوب چھڑکا جائے اور اسے قالین میں جذب ہونے دیا جائے تو بعض مضر صحت کیمیائی اشیاء کا توڑ ہوسکتا ہے۔

چسنی: چسنی چوسنے سے بچے کے منہ میں زہریلا کیمیائی مادہ خارج ہوسکتا ہے۔ دانت نکلنے کے زمانے میں مسوڑھوں کی بے چینی دور کرنے لئے پلاسٹک سے بنی ہوئی چیزیں بچے کو نہ دیں کیونکہ جب بچہ انہیں چباتا ہے تو مضر صحت کیمیائی مادہ معدے میں جاسکتا ہے۔ چسنی کو پانی میں ابالتے رہنا چاہیے۔ اور ہر ماہ بدل لینا چاہیے۔

ماں کا ذہنی دباؤ: اگر حاملہ خاتون فکرمند ہوں یا ذہنی دباؤ کا شکار ہوں تو رحم کی جانب خون کا دوران ساٹھ فی صد تک کم ہوجاتا ہے۔ اس کے نتیجے میں پیٹ میں پرورش پانی والے بچے کو آکسیجن اور مقویات کی فراہمی میں کمی آجاتی ہے۔ ماں کے جسم میں بعض ہارمون کی سطح میں تبدیلی خصوصا ایڈرینالن کے باعث بظاہر بچے کی دماغی نشوونما پر دیرپا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ لہذا حاملہ خواتین کو چاہیے کہ تفکرات سے دور رہنے کی ہر ممکن کوشش کریں، لمبے لمبے سانس لیں اور دیگر سکون بخش طریقے آزمائیں۔

لباس: نائلون میں بعض ایسی کیمیائی اشیاء ہوتی ہیں جو بچے کی نشوونما کو متاثر کرسکتی ہیں۔ پولسٹر میں بھی یہی عیب ہے۔ سوت اور اون سے بنے ہوئے لباس میں کیمیائی کیڑے مار دواؤں کا کچھ اثر باقی رہ جاتا ہے۔ پولسٹر سے تو بچوں کو ہر طور بچانا چاہیے۔ سوتی کپڑے بھی وہ استعمال کئے جائیں جو بغیر مصنوعی کھاد اور ادویہ کے اگائی گئی کپاس سے بنے ہوں ورنہ کپڑوں کو کھانے کے سوڈے میں دھویا جائے

گیس کے ہیٹر: گھر کو گیس کے ہیٹر سے گرم کیا جائے تو (Benzine C_6H_6) خارج ہوتی ہے جو سرطان زا (سرطان پیدا کرنے والی) ہے۔ جو جانور حمل کے دوران سانس کے ساتھ بینزین اپنے جسم کے اندر لے گئے ان کے ہاں ایسے بچے پیدا ہوئے جن کا وزن پیدائش کے وقت کم تھا اور جن کی ہڈی کے گودے کو نقصان پہنچ چکا تھا۔ کاربن مونو آکسائڈ بھی جو ہر طرح کے ایندھن کے جلنے سے خارج ہوتی ہے۔ نشوونما کے لئے نقصان دہ سمجھی جاتی ہے۔ لہذا یہ ضروری ہے کہ جہاں ہیٹر جلے وہاں تازہ ہوا کے آنے جانے کا انتظام مناسب ہو

خضاب: بالوں کے کیمیائی رنگ اور خضاب کے بارے میں خیال ہے کہ ان کی وجہ سے چھاتی اور بیضہ دانی کے سرطان کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ لہذا جو عورتیں حاملہ ہوں حاملہ ہونے کی خواہش مند ہوں یا ماں بننے کے بعد بچے کو اپنا دودھ پلا رہی ہوں انہیں چاہیے کہ بالوں کے حسن کے لئے مختلف خضاب اور دیگر کیمیائی اشیاء کے استعمال سے گریز کریں۔ ہاں وہ اشیاء استعمال کی جاسکتی ہیں جو بے ضرر سمجھی جاتی ہیں۔ مثلا مہندی، وغیرہ

کیڑے مار اسپرے: گھر میں مچھر، مکی اور کیڑے مکوڑے مارنے والی دوائیں چھڑکنے سے بچوں کی صحت کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ لہذا ایسے اسپرے استعمال کیجئے جو جڑی بوٹیوں سے تیار کئے گئے ہوں اور صابن وہ استعمال کیجئے جن میں خوشبو نہ ہو۔

چینی نمک: جاپانی اور چینی کھانوں میں مونو سوڈیم گلو ٹامیٹ (اجینوموتو) نامی کیمیائی شے بہت استعمال ہوتی ہے جس کا مقصد ذائقے میں اضافہ کرنا ہے۔ یہ چیز زیادہ استعمال کی جائے تو بیش فعالیت او اعصابی خلیوں کی تباہی کا باعث بنتی ہے۔ حاملہ عورتوں کو اس پرہیز کرنا چاہیے۔

بچوں کو چومنا: بچے کو چوم کر ہم بہت سے جراثیم اپنے منہ سے اس کے منہ میں منتقل کردیتے ہیں۔ خصوصا بچے کے ہونٹوں کو چومنے سے تبخال کا تعدیہ (انفیکشن) بچے کو منتقل ہوتا ہے۔ اگر کسی کو تبخال ہونٹوں کی پھنسیاں یا کوئی اور تعدیہ ہو تو ہو بچوں کو چومنے سے گریز کرے۔

کمبل اور پردے قالینوں، کمبلوں اور پردوں کو ڈرائی کلین کرنے سے کمروں کی فضا آلودہ ہوجاتی ہے۔ اس کے عمل میں استعمال ہونے والے اکثر کیمیائی محلول اعصاب کے لئے نقصان دہ ہوتے ہیں خصوصا اگر کمرہ بند ہو لہذا ڈرائی کلین ہونے کے چوبیس گھنٹے بعد تک نہ کسی چیز کو استعمال کرنا چاہیے اور نہ پہننا چاہیے تاکہ ان کیمیائی اشیاء کا اثر زائل ہوجائے جن سے ڈرائی کلینگ کی گئی ہے۔ مصنوعی اشیاء شدہ گدوں کو خوب لپیٹ لیا جائے۔

غذائیں جو دواؤں پر اثر انداز ہوتی ہیں

غذاؤں کے دواؤں پر اور دواؤں کے غذاؤں پر اثرات پڑتے ہیں۔ اس عمل کو تعامل کہتے ہیں۔ بعض اوقات یہ تعامل سخت نقصان کا باعث ہوتا ہے۔

بہت سے لوگ یہ نہیں جانتے کہ غذاؤں کے دواؤں پر اور دواؤں کے غذاؤں پر کیا اثرات پڑتے ہیں۔ غذا اور دوا کے ایک دوسرے پر عمل کو تعامل کہتے ہیں۔ بعض اوقات یہ تعامل سخت نقصان کا باعث ہوتا ہے۔

دوا گریسیوفل وین (Griseo Fulven):
یہ فنگس مثلاً داد (Ringworm) کی دوا ہے۔ اس دوا کے استعمال سے پہلے چکنائی والی غذائیں زیادہ نہیں کھانی چاہئیں۔ اگر غلطی سے روغنی غذائیں کھالی جائیں تو یہ دوا وقت سے پہلے جسم میں جذب ہو کر خون میں پہنچ جاتی ہے اور فنگس جلد ٹھیک نہیں ہوتا۔

ٹیٹرا سائیکلین کیپسول: دودھ، پنیر دہی ٹیٹرا سائیکلین کے جذب و ہضم میں رکاوٹ ڈالتے ہیں۔ یہ رکاوٹ دراصل ان غذاؤں میں پایا جانے والا کیلیسم ڈالتا ہے۔

فولاد کی کمی پورا کرنے والے ضمیمے: فولاد کی کمی پورا کرنے والے ضمیموں (Supplements) کے ساتھ حیاتین ج والے پھل مثلاً نارنگی (مالٹے، کنو، فروٹر) وغیرہ کھائیں۔ اس سے فولاد صحیح طور پر ہضم ہوتا ہے۔ غذائی اصول تو یہ ہے کہ آپ ان ضمیموں کے بجائے وہ غذائیں استعمال کریں جن میں فولاد پایا جاتا ہے مثلاً سالم گندم، روکھا گوشت، خشک خوبانی اور آلو بخارے، کشمش، پھول گوبھی، شکر قند، پالک اور انگور۔

مانع تیزابیت دوائیں: مانع تیزابیت دواؤں (Antacids) کے ساتھ سوڈا واٹر اور تیزابیت پیدا کرنے والی چیزیں نہ کھائیں۔ ان دواؤں کے طویل استعمال سے فاسفیٹ کم ہو جاتے ہیں اور عضلات کمزور ہو جاتے ہیں۔

دواؤں کے بہت زیادہ استعمال سے حیاتین دکم ہو جاتا ہے

مانع انجمادِ خون دوائیں: جن افراد کو مانع انجمادِ خون دوائیں (Anti coagulants) استعمال کرائی جاتی ہیں۔ ان کو حیاتین کے (K) والی غذائیں مثلاً کلیجی اور ہرے پتوں والی سبزیاں نہیں کھانی چاہئیں کیونکہ یہ خون میں انجماد پیدا کرتی ہیں۔

ملیٹھی - اصل السوس: ملیٹھی بلڈ پریشر کو بڑھاتی ہے۔ جن افراد کو پہلے ہی ہائی بلڈ پریشر ہو اس میں یہ مزید اضافہ کرتی ہے۔

تھائرائڈ ہارمون کی پیدائش کو روکنے والی غذائیں:
جو غذائیں تھائرائڈ ہارمون کی پیدائش کو روکتی ہیں ان سے غوطر (Goiter) پیدا ہوتا ہے۔ ان کو غوطر پیدا کرنے والی (Goitrogens) غذائیں کہتے ہیں۔ ان میں سویابین، شلجم اور بند گوبھی شامل ہیں۔ خاص طور پر تھائرائڈ کی دوائیں استعمال کرتے وقت ان سے پرہیز کرنا چاہئے۔

مونوامین اوکسی ڈیلس مونو امین (Mono amines) اور ٹائرامین (Tyramine) شامل ہیں۔ یہ انزائم ہیں۔ ان کا تعلق دماغ کے استحالے (جذب و ہضم) سے ہے۔ ان کا اضافہ خطرناک ردعمل پیدا کرتا ہے، بلڈ پریشر ہائی ہو جاتا ہے، دل بہت سی جدید دوائیں اگر لمبی مدت کے لئے استعمال کی جائیں تو جسم میں حیاتین اور معدنی نمک کم ہو جاتے ہیں بچوں اور بوڑھوں اور ان لوگوں میں جو اچھی متوازن غذا نہیں کھاتے یا پرانے بیمار ہوں اس لئے ایسے افراد کو خاص حیاتین اور معدنی نمکیات پر مشتمل غذائیں استعمال کرنی چاہئیں اس طرح دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے، پسینہ آتا ہے اور سانس کی تنگی کا احساس ہوتا ہے۔

چناچہ اس ردعمل کو روکنے کے لئے مونو امین اوکسی ڈیلس انہیبیٹر ز (Monoamine Oxidase Inh) استعمال کیے جاتے ہیں۔ یہ دوا پستی (Depression) اور ہائی بلڈ پریشر کے لئے استعمال ہوتی ہے۔ اس کے استعمال میں خاصی احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایک تو مونو امین اوکسی ڈیلس انہیبیٹر ز کے ساتھ امفیٹا مین اور پیتھی ڈین دوائیں استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ دوسرے ان کے ساتھ وہ غذائیں استعمال نہیں کرنی چاہئیں جن میں ٹائرامین پائی جاتی ہے مثلاً پرانا پنیر اور مرغی کی کلیجی۔ اگر یہ پرہیز نہ کیا جائے تو بلڈ پریشر خطرناک حد تک بڑھ سکتا ہے، دردِ سر ہوتا ہے، دماغ سے خون بہ نکلتا ہے اور شاذ و نادر موت بھی واقع ہو سکتی ہے جو بھی مونو امین اوکسی ڈیلس انہیبیٹر ز استعمال کرے وہ پرانا پنیر، خمیر شدہ غذائیں مثلاً ہیرنگ مچھلی کا اچار، دہی، دہی کی بالائی، بڑے گوشت اور مرغی کی کلیجی، لوبیا اور فادا بینز، ڈبا بند انجیریں، کیلے، ایووکاڈو، سویا ساس، خمیر کی مصنوعات، بیئر استعمال نہ کرے۔ مونو امین اوکسی ڈیلس انہیبیٹر ز (M A O) کے ساتھ کولا مشروبات، کوفی، چوکلیٹ اور کشمش بھی استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔

الکوحل: الکوحل سائنسی رو سے تو دوا ہے لیکن اسے غذا اور دوا کے قانون میں شامل نہیں کیا گیا۔ الکوحل بہت سی دواؤں کے ساتھ موافقت نہیں رکھتی۔ ان میں اینٹی بایوٹکس مانع انجماد خون ادویہ، ذیابیطس کی دوائیں جن میں انسولین بھی شامل ہے، اینٹی ہسٹامین ادویہ، ہائی بلڈ پریشر کی ادویہ، ایم اے او (MAO) انہیبیٹر ز اور سکون کی ادویہ (Sedatives) شامل ہیں۔ الکوحل جب اینٹی ہسٹامین طبی مشورہ تو یہ ہے کہ الکوحل مشروبات کو کسی قسم کی دوا کے ساتھ استعمال نہ کیا جائے۔

قبض علامات، اسباب و علاج

قبض کئی امراض کا اصل سبب ہوتا ہے اور اس کی وجہ سے جسم میں زہریلا مواد بھر جاتا ہے

قبض انسان کا پرانا مرض ہے۔ دور جدید میں اس نے زیادہ شدت اختیار کرلی ہے۔ کیونکہ غذائیں نفیس ہو گئی ہیں ریشہ کم کھایا جاتا ہے۔ پانی کم پیا جانے لگا ہے چائے، کوفی اور کولا مشروبات کا استعمال بڑھ گیا ہے۔ ورزش کا زندگی میں اب کوئی مقام نہیں۔ اور نباتاتی علاج ترک کردیا گیا ہے۔ گویا قبض دورِ حاضر کے غیر فطری اور غیر قدرتی طرز حیات کا تحفہ ہے۔

قبض کئی امراض کا اصل سبب ہوتا ہے اور اس کی وجہ سے جسم میں زہریلا مواد بھر جاتا ہے۔ آنتوں کے ذریعے سے خون میں جذب ہونے والے زہریلے مواد جسم کے ہر حصے میں پہنچتے اور انہیں کم زور کرتے ہیں۔ اس طرح ہمارے جسم کے تمام نظام کم زور ہوجاتے ہیں۔ اپنڈیسائٹس، گٹھیا، ہائی بلڈ پریشر اور موتیا کی شکایت قبض کی کمی کی وجہ سے ہونے والے چند امراض ہیں۔

رہ گیا یہ سوال کہ دن میں کتنی بار اجابت آنی چاہیے تو اس کا معاملہ انفرادی ہوتا ہے بعض کو اجابت صرف ایک دفعہ آتی ہے۔ بعض کو دو دفعہ لیکن دن میں کم از کم ایک دفعہ اجابت کا کھا کر آنا ضروری ہے۔ اس طرح طبیعت صاف اور چونچال رہتی ہے۔

علامات: قبض کی سب سے واضح علامات میں اجابت کے وقت میں بے قاعدگی اخراج میں مشکل اجابت کا خشک اور سخت ہونا قابل ذکر ہے۔ اس کے علاوہ قبض کی وجہ سے زبان میلی رہتی ہے۔ یعنی اس پر میل سا جما رہتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی۔ سر میں درد رہتا ہے۔ چکر آتے ہیں اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے پڑ جاتے ہیں۔ پستی اور متلی رہتی ہے کیلوں کا زور رہتا ہے۔ منہ میں چھالے بنتے ہیں پیٹ ہر وقت بھرا اور پھولا رہتا ہے۔ کبھی دست آنے لگتے ہیں ٹانگوں میں درد ہوتا اور رگیں پھول جاتی ہیں۔ تیزابیت بڑھ جاتی ہے۔ سینے میں جلن رہتی ہے۔ اور نیند اڑ جاتی ہے۔ سخت اجابت کی وجہ سے بواسیر کی شکایت رہنے لگتی ہے

قبض کے دیگر اسباب میں وقت مقررہ پر ٹوائلٹ نہ جانا با سر بار قبض کشا دواؤں کا استعمال پیٹ کے عضلات کی ورزش کی کمی سے کم زور جذباتی دباؤ اور فکر پر پریشانی شامل ہوتے ہیں

اسباب: قبض کا سب سے اہم سبب غلط غذائی عادات ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ رہن سہن کا غلط انداز وقت پر نہ سونا کم مقدار میں پانی پینا، غذا میں ریشے کی کمی اور ناقص غذا کا استعمال بھی اس کے اہم اسباب ہوتے ہیں۔

ان کے علاوہ میدے سے بنی اشیا گوشت کا کثرت استعمال حیاتین اور معدنی نمکیات کی کمی کڑک چائے اور گہری سیاہ کوفی کا استعمال غذا کو صحیح طور پر نہ چبانا پیٹ بھر کر کھانا بے وقت کھانا اور کافی مقدار میں پانی نہ پینا بھی قبض کے اہم اسباب ہیں۔

قبض کے دیگر اسباب میں وقت مقررہ پر ٹوائلٹ نہ جانا با سر بار قبض کشا دواؤں کا استعمال پیٹ کے عضلات کی ورزش کی کمی سے کم زور جذباتی دباؤ اور فکر پر پریشانی شامل ہوتے ہیں۔

علاج: قبض سے بچنے اور نجات پانے کا سب سے اہم علاج قدرتی اور سادہ غذا کا استعمال ہے اس کے لئے ضروری ہے کہ غذا میں بے چھنے آٹے کی روٹی کھائی جائے۔ مختلف اناج، دالیں وغیرہ چھلکوں کے ساتھ بھون کر ابال کر استعمال کئے جائیں۔ شہد اور مولاسس ساگ سبزیاں خاص طور پر پالک، میتھی، چولائی، بتھوا، فرنچ، بینز، (فراش بین) ٹماٹر سلاد کے پتے پیاز بند گوبھی، پھول گوبھی شلجم لوکی مولی پتوں سمیت پھلیاں گاجریں، تازہ موسمی پھل خاص طور پر امرود پپیتا بہی آم سنترے پھوک سمیت انجیر منقا آلو بخارے چھوارے، مکھن گھی زیتون کا تیل استعمال کیے جائیں۔ تاکہ آنتوں کی حرکت تیز رہے۔ اور ان کی خشکی دور ہوجائے۔ صرف غذائی تبدیلی سے کام نہیں چلتا۔ یہ بھی ضروری ہے کہ ہر نوالہ خوب اچھی طرح چبا کر کھایا جائے۔ اسے کم از کم ۳۲ دفعہ چبایا جائے۔ کھانا اطمینان سے اور مقررہ وقت پر کھایا جائے۔ بے وقت اور جلدی جلدی کھانے سے بچا جائے۔ غذا میں شکر اور میٹھی چیزوں مٹھائی وغیرہ کی مقدار کم سے کم رکھی جائے کیونکہ شکر جسم کو حیاتین بے سے محروم کردیتی ہے۔ اس حیاتین کی کمی سے آنتیں ٹھیک طور کام نہیں کرتیں

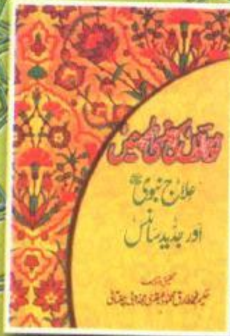
غور کیجئے تو اندازہ ہوگا کہ قبض پیدا کرنے والے تمام اشیاء میدے اور پالش شدہ سفید چاول سے بنتی ہیں۔ اسی طرح چھلکا اتری یعنی دھلی دالیں کیک پیسٹریاں بسکٹ، پنیر اور سخت ابلے انڈے بھی اسی فہرست میں شامل ہیں۔

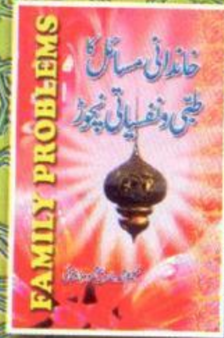
قبض سے بچنے کے لئے کھانے کے کم از کم ایک گھنٹے بعد باقاعدگی سے پانی پیتے رہنا چاہیے۔ اس طرح آنتوں میں خشکی نہیں ہوتی، غذا پتلی ہوجاتی ہے۔ اور آنتوں بلکہ خون کیا زہر پانی سے دھل جاتے ہیں۔ روزانہ کم از کم آٹھ گلاس پانی پینا چاہیے۔ پانی کی وجہ سے غذائی اجزا مثلاً حیاتین معدنی نمک وغیرہ اچھی طرح گھل کر جسم میں جذب ہوتے ہیں۔ جو لوگ کھانے کے ساتھ پانی پیتے ہیں ان کی ہاضمے کی طاقت کم زور ہوجاتی ہے۔ کیونکہ فوراً پانی پینے سے معدے کی ہاضم رطوبات متاثر ہوتی ہیں۔ لہٰذا کھانا کھانے کے دوران پانی کم استعمال کیا جائے۔

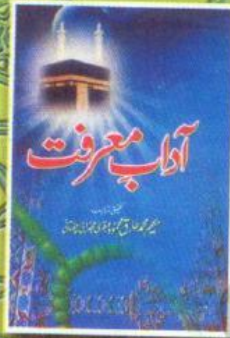
- احتیاط کے ساتھ اس سلپ کو رسالے سے علیحدہ کرلیں، اور پُر کرکے ماہنامہ ''عبقری'' کے دفتر روانہ کریں۔
- اگر ایک سے زیادہ ممبر شپ فارم کی ضرورت ہو تو اس سلپ کی فوٹو کاپی کروائی جاسکتی ہے۔ ● اپنا پتہ صاف صاف لکھیں۔
- یہ سلپ ایک روحانی امانت ہے، ضائع نہ ہو، اگر آپ کو ضرورت نہیں تو کسی ضرورت مند تک پہنچا کر صدقہ جاریہ میں حصہ ملائیں۔
- منی آرڈر کرنے والے منی آرڈر رسید نمبر ضرور لکھیں ● اپنے مکمل پتے میں پوسٹ کوڈ اور فون نمبر ضرور لکھیں
- آپ تسلی رکھیں آپ کا فارم اور رقم ملتے ہی نئے ماہ کا رسالہ اور رقم کی رسید آپکو گھر پر ملے گی ● آپ کے اعتماد کو ٹھیس نہیں پہنچے گی۔

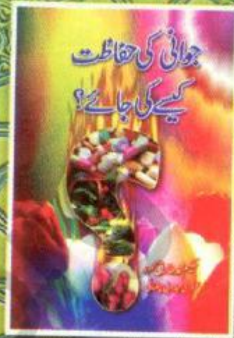
اگر عادل بننا چاہتے ہو تو جو چیز اپنے لئے پسند کرو وہ دوسروں کے لئے بھی پسند کیا کرو

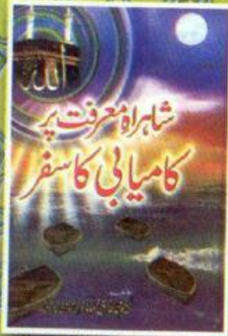
جناب حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی کی کتب "تالیفات"

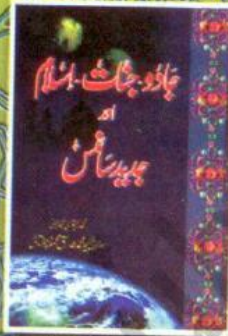




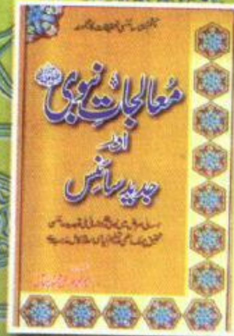


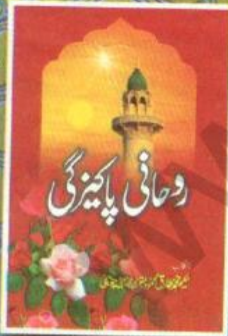


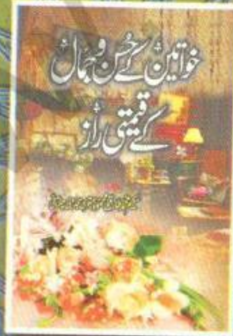




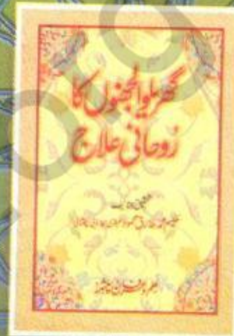


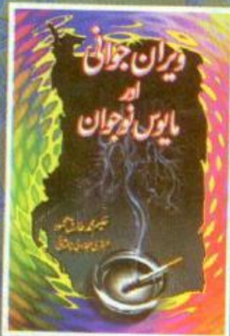


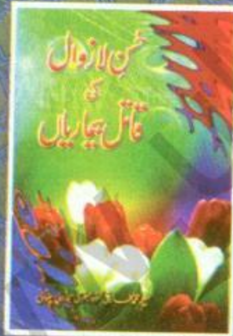


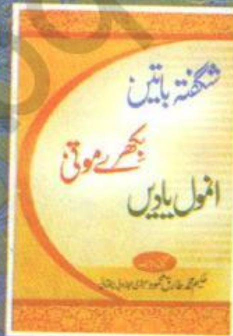


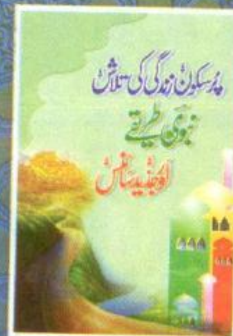


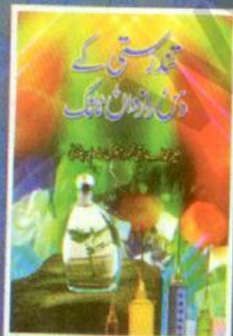


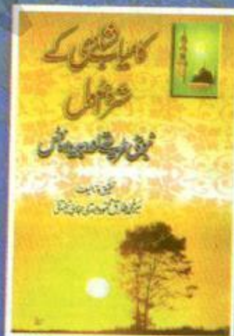


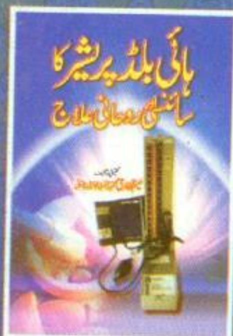


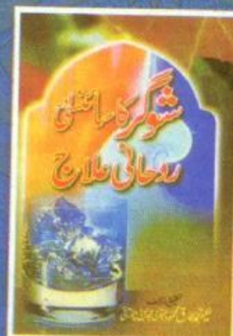












KARACHI Reg. # SS-1248